2025
健康経営優良法人
KENKO Investment for Health
中小規模法人部門
ネクストブライト1000

認定証

（中小規模法人部門（ネクストブライト1000））

法人名　株式会社iフォースラボ

貴法人は、従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践する「健康経営」の取組が優良であると認められました
よって、ここに「健康経営優良法人 2025（中小規模法人部門（ネクストブライト1000））」として認定します
経済産業省及び厚生労働省と共に、今後一層取組を推進されることを期待いたします

２０２５年３月１０日

日本健康会議

健康を願う、想いをひとつに。
日本健康会議
NIPPON KENKO KAIGI

25112172

PICK UP!

健康経営優良法人2025 認定法人のご紹介



株式会社ｉフォースラボ

業　　種　：　情報通信業
所 在 地　：　札幌市中央区南一条11-327-6　ワンズ南一条ビル
被保険者数　：　15名
健康経営優良法人2025「ネクストブライト1000」認定取得



今回ご紹介するのは、健康経営優良法人2025「ネクストブライト1000」の認定を取得されている「株式会社　ｉフォースラボ 様（札幌市）」です。
代表取締役 **白幡 様**にインタビューにお答えいただきました。



健康経営に取り組んだ経緯



健康経営に取り組み始めたのは、協会けんぽ主催のセミナーがきっかけでした。受講後、他企業の健康づくりの状況などを調べてみると、健診の費用を社員に負担させたり、有休を消化して受診させたりする企業があることを知り、大変驚きました。前職では「ワークライフバランス」「健康経営」という言葉が全く存在しないような働き方をしており、その経験から、当社では社員が長期的に勤めることができる環境を整備してきました。これらの取り組みにより認証を取得することができるのではないかと考え、認定取得に向けて着手し始めました。2021年度から５年連続で認定を取得し続けており、2026年度も申請中です。

健康経営の取り組み



当社では、社員全員が就業時間内に健診を受診し、付加健診を含め会社が費用を負担しています。結果、札幌本社、東京事業所の両方において健診受診率は100%を維持しています。特定保健指導の対象となった場合には、役員から対象者に通知を手渡しています。併せて、対象者には確実に指導を受けるよう指示をしており、対象者全員が指導を受けています。要治療者に対してはグループウェアを用いて、役員から個別に受診勧奨を行うとともに、受診したかどうかの後追いも行っています。

社内での業務が中心の社員、テレワーク中心の社員、客先常駐の社員の３パターンに分かれることから、対面のコミュニケーションの機会を作るため、毎夏に社員全員が集まる食事会を開催しています。これまではビアガーデンで行っていましたが、体を動かす場を作ろうとボウリングを取り入れたところ、多くの社員から「またやりたい！」との声をもらいました。定期的な運動ではないので、どのくらい健康に寄与するかはわかりませんが、まずは体を動かすということを前向きにとらえる良い機会になったと思っています。



▲ボウリングの様子。社長と社員の距離が近く、楽しそうな雰囲気が伝わってきます！

健診結果を活用するほか、社員と直接コミュニケーションをとることで、考えや要望を引き出し、今後の健康づくりの取り組みに反映させていきたいと考えています。

その他、札幌市保健局のポスターを使って、栄養バランスや運動習慣を身に着けることの大切さを伝えています。漫然とポスターを掲示しておくだけでは単なる風景と化してしまうので、季節に応じて掲示内容を更新したり、掲示場所を変えたりして、社員の目に留まりやすいようにしています。



▲社内に掲示しているポスター。社員が見てくれるよう工夫しています。

健康経営の課題

白幡様

「喫煙者０名」を目標に、取り組みを継続しています。毎年の取り組みから「やめる気のない社員」と「きっかけがあればやめる社員」に分かれることがわかってきました。前者に対しては昼休みを含めた就業時間内の禁煙を指導し、後者には就業時間内に禁煙外来に行くことのできる制度を整え対応しています。結果、就業時間内の禁煙に取り組む者は２名、喫煙者は１名まで減りましたが、新たに入社した社員が喫煙者であるなど、目標達成にはまだ至っていません。

座り仕事ですので、運動習慣を身に着けることにも取り組んでおり、業務中にストレッチを行うこととしました。ただ、自席でのストレッチに恥ずかしさを覚える社員がいるようで、社内の浸透はまだまだです。今後はストレッチの時間を設定するなど、全員が参加できるよう工夫をしていきます。その他、試食会を実施するなどして、栄養バランスのとれた冷凍総菜や宅配弁当の導入を検討しています。

今後の展望

白幡様

健康経営優良法人以外にも、「北海道がん対策サポート企業」の登録、厚生労働省の「がん対策推進企業アクション　推進パートナー企業」の登録、乳がん・子宮頸がん検診の受診率80%以上を目指す「Working RIBBON 80%チャレンジ」への参加宣言、「札幌市ワークライフバランスplus企業」の認証取得などにも取り組んでいます。社員の健康を守ると同時に、ワークライフバランスを確保し、出産や育児、介護などのライフイベントに柔軟に対応するための施策としてコミットし続けています。

▲北海道がん対策サポート企業

▲がん対策推進企業アクション・Working RIBBON 80%チャレンジ

▲札幌市ワークライフバランスplus企業

決して大きい会社ではありませんが、求人広告を出すと一定数応募があるのは、これらの取り組みが評価されているからではないかと考えています。健康経営優良法人の認定を取得してから、採用面接を行う際にも、応募者から社員の健康づくりに関して質問を受けるシーンが増えてきたように感じています。

ネクストブライト1000の認定を取得できたことは正直驚きでした。当たり前のことをしているという感覚ですし、課題も残っているので、何かの間違いではないかと思ったほどです。ネクストブライト1000を守り続けていきたい思いはありますが、健康経営自体は何かのブランドを得るためのものではありません。基本を忘れずに社員の健康と働きやすい環境の整備を念頭に、今後も健康経営を推進していきたいと考えています。