

2024年度健康診断結果

定期健康診断の適性範囲者比率

2024年度の健康診断結果に基づく検査数値適正範囲者については、前年と比較してやや減少傾向となりました。これはローソングループ従業員の平均年齢が上昇していることが影響していると考えられます。従業員の健康保持増進のため、各種施策を通じて継続的に働きかけておりますが、加齢による身体機能等の変化が一部の検査数値に影響を与えている可能性が示唆されます。一方で、具体的な成果も見られています。喫煙習慣が「いいえ」の方の割合は、2023年度対比では0.1%の減少となりましたが、2019年度対比では3.2%の増加と中長期的に見ると確実に改善しています。これは、当社が禁煙施策を強化してきた成果であり（詳しくはP12参照）、その効果が表れていると考えています。2025年度には、これを成功事例としてグループ各社に展開し、さらなる健康改善を目指します。今後も従業員の健康を維持し、向上させるための取り組みを強化してまいります。また、2026年度以降のKPIについては、当社の状況に合わせた項目設定を行い、健康白書にて報告していく予定です。従業員一人ひとりが明るく、楽しく、元気に、充実した社会生活を送れるように、引き続きローソングループ健康推進室とローソン健康保険組合で協同してサポートしていきます。

※数値は適正範囲者の比率			2019年度実績	2020年度実績	2021年度実績	2022年度実績	2023年度実績	2024年度実績	前年度に対して	2025年度目標
肥満	男性	BMI25未満かつ腹囲85cm未満	50.1%	48.0%	46.8%	47.0%	47.3%	45.0%	▲ 2.3%	52.0%
	女性	BMI25未満かつ腹囲90cm未満	78.2%	77.6%	75.4%	75.9%	75.1%	74.6%	▲ 0.5%	79.0%
血圧		収縮期130mmHg未満かつ拡張期85mmHg未満	75.5%	71.4%	72.9%	73.1%	72.3%	71.9%	▲ 0.4%	76.0%
肝機能		AST31未満かつALT31未満かつγ-GT51未満	68.9%	65.7%	65.8%	67.7%	67.9%	67.9%	0.0%	72.0%
脂質		中性脂肪150mg/dl未満かつHDL-C40mg/dl以上	81.1%	78.0%	79.5%	80.4%	81.1%	81.2%	0.1%	82.0%
血糖		空腹時血糖値100mg/dl未満かつHbA1c5.6%未満	64.3%	65.2%	62.2%	60.8%	58.3%	57.4%	▲ 0.9%	66.0%
喫煙		現在、たばこを習慣的に吸っていますか「いいえ」	69.3%	69.2%	70.9%	71.8%	72.6%	72.5%	▲ 0.1%	75.0%

ローソン健康保険組合 全年齢・本人加入者

生活習慣に関する問診結果

健康診断の問診における6項目への回答については、運動に関する項目が良化した一方で、食習慣及び睡眠に関する項目がやや悪化する結果となりました。運動習慣に関する回答は2019年度比で大きく改善しており、継続実施している運動施策が広く浸透していることが示唆されます。各種の施策を通じて、一人でも多くの従業員が生活習慣の改善を実感できるように、継続したサポートを実施していきます。

	2019年度実績	2020年度実績	2021年度実績	2022年度実績	2023年度実績	2024年度実績	前年度に対して	2025年度目標
1回30分以上の軽く汗をかく運動を、週2日以上かつ1年以上実施している	19.7%	21.6%	22.2%	22.3%	23.4%	24.1%	0.7%	25.0%
日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施している	46.4%	47.2%	45.2%	44.7%	46.0%	46.5%	0.5%	48.0%
就寝前の2時間以内に夕食を取ることが週に2回以下である	44.8%	53.9%	53.8%	55.1%	55.0%	53.8%	▲ 1.2%	60.0%
朝昼夕の3食以外に、間食や甘い飲み物を取ることは殆どない	83.4%	84.2%	84.8%	84.3%	85.4%	84.1%	▲ 1.3%	86.0%
朝食は毎日取っている、もしくは朝食を抜くことは週に2回以下である	54.7%	56.3%	55.2%	56.8%	56.9%	57.2%	0.3%	58.0%
睡眠で、休養がじゅうぶんとれている	64.6%	71.3%	65.1%	70.6%	67.5%	66.1%	▲ 1.4%	68.0%

ローソン単体、クルー除く