



# JTBグループの健康経営について

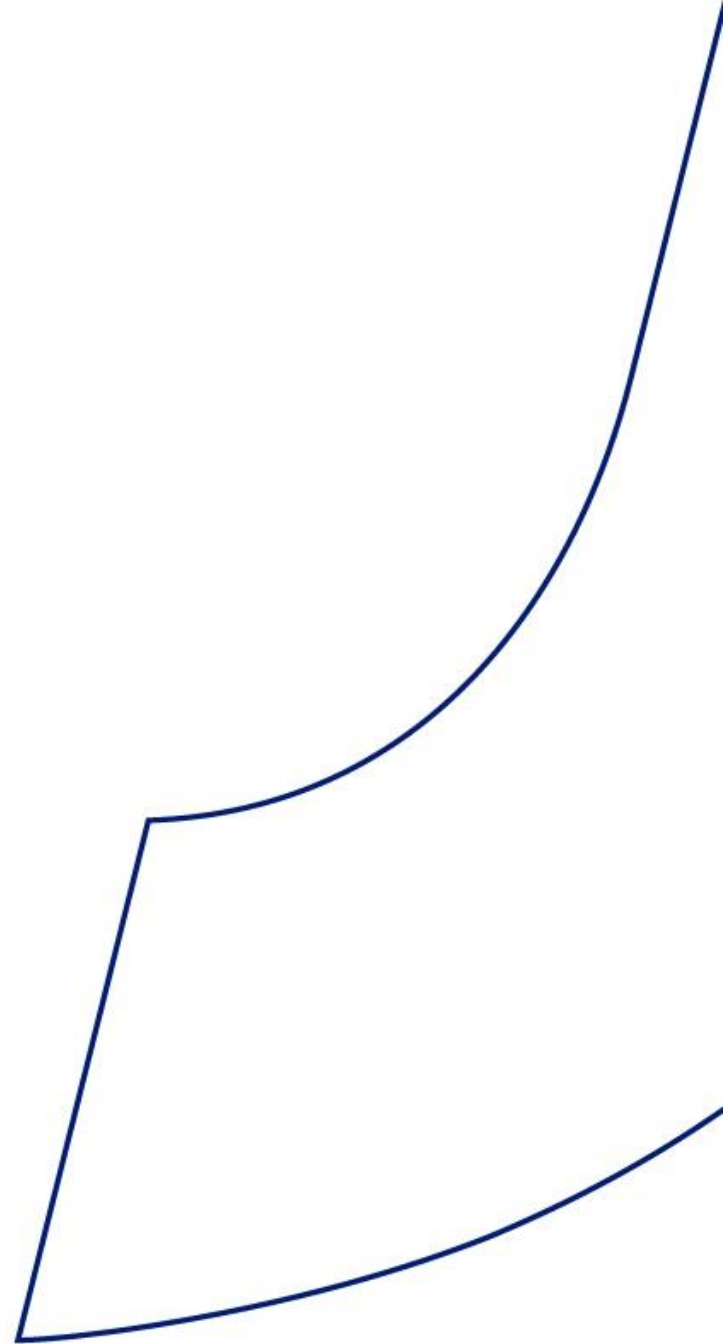
～社員が健康で働き続けるために～

2024年10月1日

株式会社JT B

# 目次

1. 社長ご挨拶	p.3
2. JTBグループ健康経営宣言	p.4
3. 健康経営理念	p.5
4. 現状と課題	p.6
5. 基本方針と推進体制	p.7
6. 2024年度の実施事項	p.8
7. 健康経営戦略マップ	p.9
8. KPI	p.10
9. 健康経営の普及拡大活動事例	p.11



## 「感動のそばに、いつも。 Perfect moments, always」

私たちJTBグループ19,000名の全社員が、胸に刻んでいるブランドスローガンです。  
私たちは交流創造事業を通して、個人、法人のお客様、そして地域、社会のツーリズムを取り巻く  
様々なステークホルダーの皆さまと深い関係性を築きながら、  
それぞれの課題解決や成果を実現し「感動」をお届けしてきました。  
これらを支えてきたのは社員一人ひとりが持つ「人間の力」にほかなりません。

JTBグループでは、「社員一人ひとりが健康で輝き続ける」ことが  
会社の持続的な成長の礎になるという信念のもと、多様性に富んだ人財が、  
自己の資質である能力や意欲を高め、  
如何なく「人間の力」を発揮できる環境の整備に力を注いでいます。  
その中でも社員の健康づくりに焦点を当て、  
社員の資質磨きを支えていくことが健康経営の役割と捉えています。

人をつなぐ、笑顔をつなぐ。JTBグループはこれからも地球を舞台に、  
ツーリズムに関わるあらゆるパートナーの皆さまとともに  
「新しい交流時代」を切り拓き、持続可能な社会の実現に貢献してまいります。



株式会社JTB  
代表取締役 社長執行役員 山北栄二郎

## 2. JTBグループ健康経営宣言



2017年、全社員に対して健康経営宣言を発信いたしました。

社員の皆さんへ

JTBグループが次の100年に向けた更なる進化を実現するためには、交流創造事業をドメインとした新たな価値創造に向けて、様々な人財が集い、交流し、最大限にパフォーマンスを発揮できる体制を整えることが不可欠です。そのためには、働き方の質的向上を図り、社員一人ひとりが仕事の生産性を高めるとともに、時間と心の余裕という資源を生み、新たなビジネスへとつなげていく必要があります。

その働き方改革を進めるにあたって、基盤となるのが社員の健康です。皆さんが健康であることが、あらゆる社グループの政策を推し進めるにあたって必要不可欠な原動力となります。

会社を永続的に成長させるために、現状の社員の健康に関する様々な課題に対し、経営戦略として改善策を強力に推し進めること、すなわち「健康経営の推進」をここに宣言します。

社員が健康でイキイキと仕事をしている企業は、社員自身はもとよりお客様や社会から愛される、信頼される企業に他なりません。社員一人ひとりが健康でイキイキと働けるグループを一丸となって目指していきましょう。

2017年11月1日

以上

株式会社JTB  
代表取締役社長

# 3. 健康経営理念

2030年、日本は3人に1人が65歳以上の高齢者になります。  
JTB国内グループにおいては、社員の平均年齢が42歳と、今より3.3歳も高齢化していると予測されます。

私たちは「主体的に築く未来」を実現するために、健康経営に取り組んでいます。



## 主体的に輝く未来

- 社員は家族や仲間とともに健康習慣に励み、心身ともに良好な状態にある
- 公私において自己の目標を実現するなど、幸せで心豊かな生活をおくっている
- 社員の笑顔や活力に満ちた職場から生み出される生産性が高く創造的なサービスによって、会社は顧客満足と社会評価を得ている

## 漫然と迎える未来

- 社員は高齢に伴い健康状態が悪化している
- 心身の不調を抱え、生活や仕事に支障が生じている
- 疾病や介護に伴い欠勤や休職、退職せざるを得ない状況が増えている
- こうした状況が職場の業務負荷を増やし、働く意欲や生産性の低下を招いている

### ● 健康年齢

2020年度から健康年齢と実年齢の差を健康経営の重要指標とし、健康意識の向上に取り組んできましたが、2023年度は▲0.36歳と、前年の▲0.53歳を下回る結果となりました。社員が健康年齢を意識できる環境を整え、より一層健康づくりに主体的に取り組む風土の醸成に取り組む必要があると考えています。

### ● 健康状況と生活習慣

社員の健康状況は総じて良好である一方で、生活習慣において、特に「睡眠習慣」と「運動習慣」は、全健康保険組合や業態平均を大きく下回る状況にあり、疾病発症リスクは高く、健康リスクが増大しやすい状況にあると認識しています。

### ● メンタルヘルス

ストレスチェック結果から、「高ストレス者比率」は10.7%と厚生労働省の想定値10%並みであり、また総合健康リスクも87と全国平均100を下回っています。また、メンタル疾患による休務状況については、2023年度に休務を開始した社員は182名、休務者発生率1.04%となり、前年の219名、1.21%からは改善しています。

一方で、ストレスの原因である「心理的な仕事の負担(量)・(質)」については、前年から悪化しており、他の項目と比べても極端に悪くなっており、改善が必要と認識しています。

### ● 女性特有の健康課題

女性特有の健康課題については、「労働生産性の低下」や「キャリア形成の阻害要因」となる可能性が大きく、そのことに対する理解・関心を高めることが求められます。ヘルスリテラシーを向上し、ジェンダー平等に向けた各種施策の利用拡大や定着を通じ、女性社員やその周りの社員がイキイキと働くことができる職場環境が必要と考えています。

### ● 基本方針

社員が自身の健康状態の見える化により、健康に対する意識・行動変容を促進するとともに、イキイキと仕事をし、健康的な生活をするための情報や機会、プログラムを十分に提供することにより、健康経営の取り組みを更に強化する。

### ● 推進体制

CEOが健康経営推進最高責任者となり、社をはじめ、グループ内の専任組織である健康増進室、健康保険組合などが連携し、それぞれの役割から各種施策を実施する体制を構築しています。グループ各社は、中長期視点での人財力強化を目的に、健康マネジメントの実践や生産性の改善、挑戦・成長意欲の醸成などの定量指標に基づき、経年での取組成果を共有しています。現場の社員には、各施策に取り組む目的や意義を明文化して伝えることで、社員の主体的な取組意識を引き出すように努めています。こうした推進体制のもと、各施策の検証結果を経営会議において定期的に報告しています。

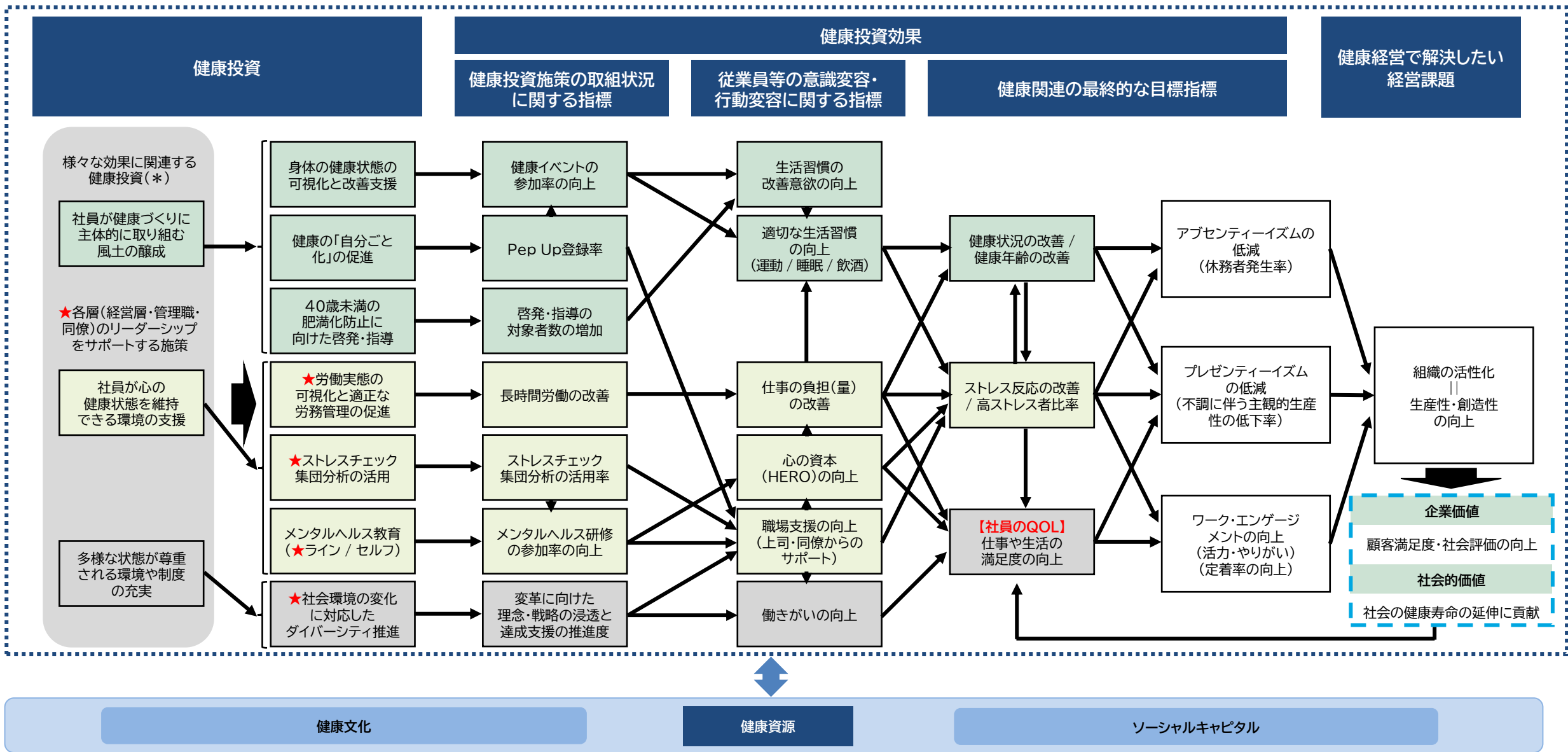
## 6. 2024年度の具体的な取組事項



- JTBグループにおいて「健康ポータルサイトPep Upアプリ」への登録を必須とし、健康データの見える化による健康リテラシーの向上や、健康情報の配信、各種健康増進イベントへの参加促進等により、健康増進・疾病予防に最大限活用します。
- 健康年齢の改善に向けて、生活習慣において不良判定項目である「睡眠習慣」と「運動習慣」の改善を最優先事項として捉え、各種プログラムの提供や、改善が必要な社員を対象とした保険指導等を実施します。
- メンタルヘルスにおいては、特に若手女性社員を対象として、各種セミナーを実施するとともに、メンターシッププログラムの提供により、キャリア上の課題解決や精神面での支援を行う。また、就業コース区分の選択と将来のキャリア形成のミスマッチ防止を目的として、個所長をはじめとした管理職への就業コース区分の理解促進を図ります。
- 女性特有の健康課題への対応として、「月経」「更年期」「妊活」にスポットを当てたフェムテックサービスを導入することにより、女性社員の更なる労働生産性の向上や、キャリア形成の支援を行います。
- 健康経営に関するデータ分析や戦略策定をはじめとした健康経営サポートを目的として、外部の知見を活用します。



# 7. 健康経営戦略マップ



# 8. KPI



	指標	2021年度	2022年度	2023年度
健康投資施策の取組状況	健康イベントの参加者数・参加率の向上	参加率: 27.1%(1,997名)	参加率: 34.3%(2,944名)	参加率: 31.0%(2,958名)
	Pep Up登録率	登録率: 37.8%	登録率: 46.4%	登録率: 55.6%
	啓発・指導の対象者数の増加	無	医療職による指導: 611名	医療職による指導: 601名
	長時間労働の改善(a.平均月間総実労働時間 / b.法定外月45h超の100人・月平均人数)	a 130時間 / b 0.94人	a 154時間 / b 3.1人	a 159時間 / b 3.8人
	ストレスチェック集団分析の活用率の向上	94.8%	87.6%	97.0%
	メンタルヘルス研修の参加率	84.3%	78.5%	78.9%
	変革に向けたマネジメント行動に対する一般社員の肯定的な回答の割合	81.0%	76.7%	76.7%
		指標	2021年度	2022年度
従業員等 の行動意 識変容	生活習慣の改善意欲の向上(i無関心 / ii関心 / iii準備 / iv行動 / v維持)	i 5.4% / ii 29.3% / iii 27.3% / iv 19.5% / v 18.4%	i 2.4% / ii 32.1% / iii 27.1% / iv 19.1% / v 19.4%	i 22.4% / ii 24.8% / iii 15.5% / iv 19.2% / v 18.1%
	適切な生活習慣(運動 / 食事 / 睡眠 / 飲酒 / 喫煙)	運動19% / 食事67% / 睡眠42% / 飲酒92% / 禁煙87%	運動17% / 食事64% / 睡眠33% / 飲酒91% / 禁煙87%	運動17% / 食事61% / 睡眠31% / 飲酒90% / 禁煙 87%
	仕事の負担(量)の改善	51.6	46.9	45.8
	心の資本(HERO)の向上(希望 / 自己効力感 / 耐難 / 楽観性)	希望89.3% / 自己効力感79.6% / 耐難79.9% / 楽観性85.5%	希望89.2% / 自己効力感79.3% / 耐難79.4% / 楽観性84.2%	希望91.0% / 自己効力感82.0% / 耐難80.3% / 楽観性85.7%
	職場支援の向上(上司 / 同僚からのサポート)	上司55.9 / 同僚53.2	上司55.5 / 同僚52.6	上司55.9 / 同僚52.7
	働きがいの向上	52.8	52.7	53.3
	指標	2021年度	2022年度	2023年度
健康関連 の最終的 な目標	健康状況の改善(a.定期健診の有所見者率 / b.40歳未満のメタボリック保所有者率)	a 86.0% / b 11.6%	a 88.6% / b 9.1%	a 88.9% / b 9.5%
	健康年齢の改善(健康年齢・実年齢)	▲0.4歳	▲0.53歳	▲0.36歳
	ストレス反応の改善(身体的・心理的ストレス6項目平均)	53%	51.1	50.9
	高ストレス者比率の低減	7.4%	10.7%	10.7%
	仕事や生活の満足度の向上	52.6	52.8	53.2
	自社への誇りの向上(「私は当社で働き続けたい」の肯定的な回答)	65.0%	70.8%	74.0%
	アブセンティーズムの低減(私傷病による休務者発生率)	男性: 0.76%(147人) / 身体: 0.60%(117人)	男性: 1.21%(219名) / 身体: 0.83%(149名)	男性: 1.04%(182名) / 身体: 0.71%(124名)
	プレゼンティーズムの低減(不調に伴う主観的生産性の低下率)	20.0%	19.1%	14.3%
	ワークエンゲージメントの向上(定着率の向上)	89.7%	94.5%	92.8%
	ワークエンゲージメントの向上(活力・やりがい2項目平均)	2.7	2.6	2.6
	指標	2021年度	2022年度	2023年度
企業価値	健康文化(「私の職場では、「社員の健康・安全が第一」という考え方が浸透している」の肯定的な回答)	78.1%	76.2%	76.0%
	健康経営度(健康経営度調査)	ホワイト500認定	健康経営優良法人認定(順位: 601~650位、評価: 59.4)	健康経営優良法人認定(順位: 751~800位、評価: 58.5)
	働きがい・働きやすさ(日経WOMEN 女性が活躍する会社100)	女性活躍推進部門8位 / 総合13位	女性活躍推進部門36位 / 総合14位	女性活躍推進部門28位 / 総合15位
	求職者評価(マイナビ・日経 就職人気企業ランキング)	(2023卒)文系総合19位、ホテル・旅行2位	(2024卒)文系総合3位、ホテル・旅行1位	(2025卒)文系総合9位、ホテル・旅行1位
	指標	2021年度	2022年度	2023年度
その他	定期健康診断受診率	99.6%	92.5%	97.6%
	精密検査実施率	73.1%	65.4%	62.6%
	ストレスチェック受検率	93.4%	92.1%	91.7%
	特定保健指導実施率	-	-	66.3% ※2022年度実施率
	健康課題マップ割合(健康群 / 不健康群 / 患者予備群 / 治療放置群 / 生活習慣病群 / 重症化群 / 生活機能低下群)	健康群32.6 / 不健康群25.0 / 患者予備群20.5 / 治療放置群3.7 / 生活習慣病群13.7 / 重症化群4.3 / 生活機能低下群0.1	健康群32.3 / 不健康群25.1 / 患者予備群20 / 治療放置群3.3 / 生活習慣病群14.6 / 重症化群4.5 / 生活機能低下群0.1	健康群31.2 / 不健康群24.5 / 患者予備群20.6 / 治療放置群3.6 / 生活習慣病群15.2 / 重症化群4.7 / 生活機能低下群0.1
	有給取得率	46.4%	82.7%	83.0%

JTBグループは、健康経営を通して社員や家族の健康寿命を延ばし、その過程で温泉や気候、地形、森林、海洋などの地域資源を活かしたヘルスケアサービスの利用や普及を促進することで、「国民の健康寿命の延伸」と「新産業創出」の両面に貢献いたします。

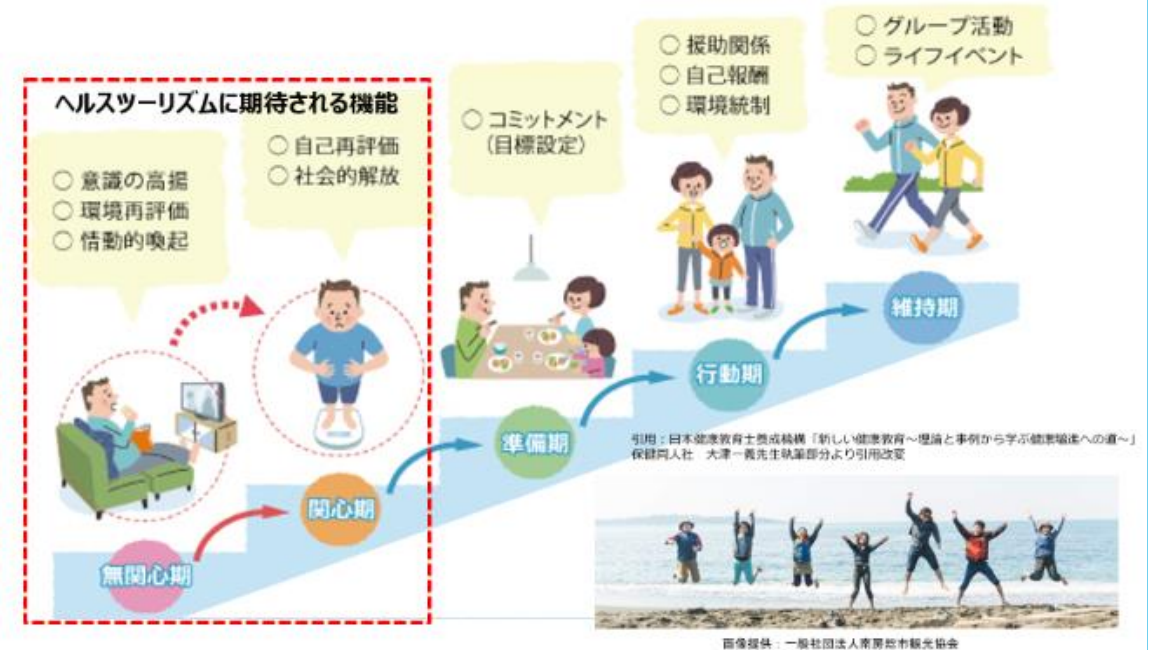
## ヘルスツーリズム認証プログラム(※1)の活用

ヘルスツーリズムは、自己効力感が高まる傾向がある旅のシーンで、楽しみながら地域資源を通じた健康の三要素(運動・栄養・休養)が体験できるプログラムです。

加えて、旅先における非日常空間と集団での体験によるグループダイナミクス効果を利用してご参加頂いた方の健康への気づきを与え、日常生活における健康的な生活習慣への行動変容を促す効果が期待できます。

(※1)旅と健康という視点から観光商品を客観的に評価する第三者認証サービスです。  
詳細はこちらまで <https://htq.npo-healthtourism.or.jp/about/>

<行動変容ステージモデルにおけるヘルスツーリズムの位置づけと機能イメージ>





感動のそばに、いつも。