

受診率98%！
ヤマト運輸が実践した
健康診断の再検査受診率を大幅改善する方法



ヤマト運輸株式会社
MM推進室
室長 伊藤 匡

2025年2月17日

アジェンダ

1. 弊社のご紹介
2. 弊社が抱えていた課題について
3. 弊社が実践した課題解決方法について
4. これからについて

拙いご説明になるかと思いますが本日はどうぞよろしくお願い申し上げます。

アジェンダ

1. 弊社のご紹介
2. 弊社が抱えていた課題について
3. 弊社が実践した課題解決方法について
4. これからについて

会社概要と自己紹介

会社概要

社名	ヤマト運輸株式会社
所在地	東京都中央区銀座2-12-16
資本金	500億円
株主	ヤマトホールディングス株式会社
事業内容	物流事業全般および関連事業
社員数	165,420名（2024年3月31日時点）
拠点数	3,550
売上	17,586億円（24年3月期ヤマトホールディングス全体）



自己紹介

氏名	伊藤 匡（いとう ただし）
略歴	セールスドライバーとしてヤマト運輸に入社。営業所長などライン系のポジションを歴任後、以後、営業系と様々なプロジェクトのマネジメントを歴任
経歴	
2007年11月	ヤマト運輸株式会社 入社
2018年04月	ヤマト運輸株式会社 第四法人営業部 プロジェクトマネージャー
2020年03月	ヤマトロジスティクス株式会社 営業企画部 部長
2020年07月	ヤマトロジスティクス株式会社 人事戦略担当付
2021年04月	ヤマト運輸株式会社 グローバル S C M 事業本部 営業企画部部長
2022年04月	ヤマト運輸株式会社 ソリューション設計グループ プロジェクトマネジメントチーム S L D マネージャー
2023年02月	ヤマト運輸株式会社 ビジネスソリューションプロジェクトグループシニアマネージャー
2023年07月	ヤマト運輸株式会社 経営戦略部 直轄プロジェクト シニアマネージャー
2024年02月	ヤマト運輸株式会社 MM推進室室長（現職）

ヤマトグループの沿革

1919年 創業 区域事業の時代

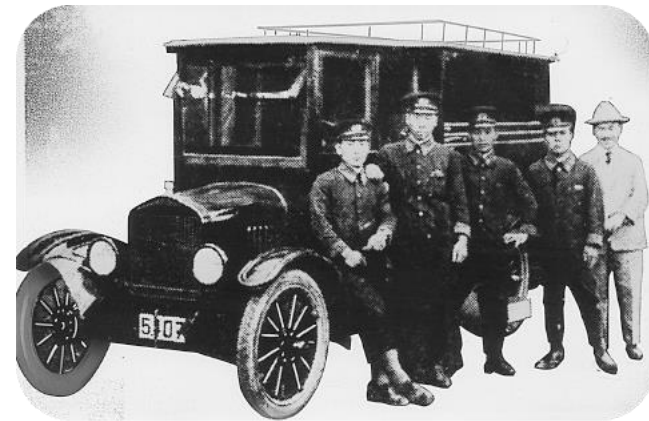
1929年 路線事業の時代

1976年 宅急便の時代

2005年 グループ経営の時代

2021年 Oneヤマト体制の時代

2024年 持続可能な価値創造の時代



中期経営計画

「サステナビリティ・トランスフォーメーション2030 ～1st Stage～」を策定

宅急便について

宅急便

1976年発売

60サイズ～200サイズの荷物を
1個から全国に発送

縦・横・高さの合計が200cm以内、かつ重さが30kgまで



年間取扱個数
22億9,582万個

投函商品を含む ※2024年3月期



日本国内シェア
46.7%

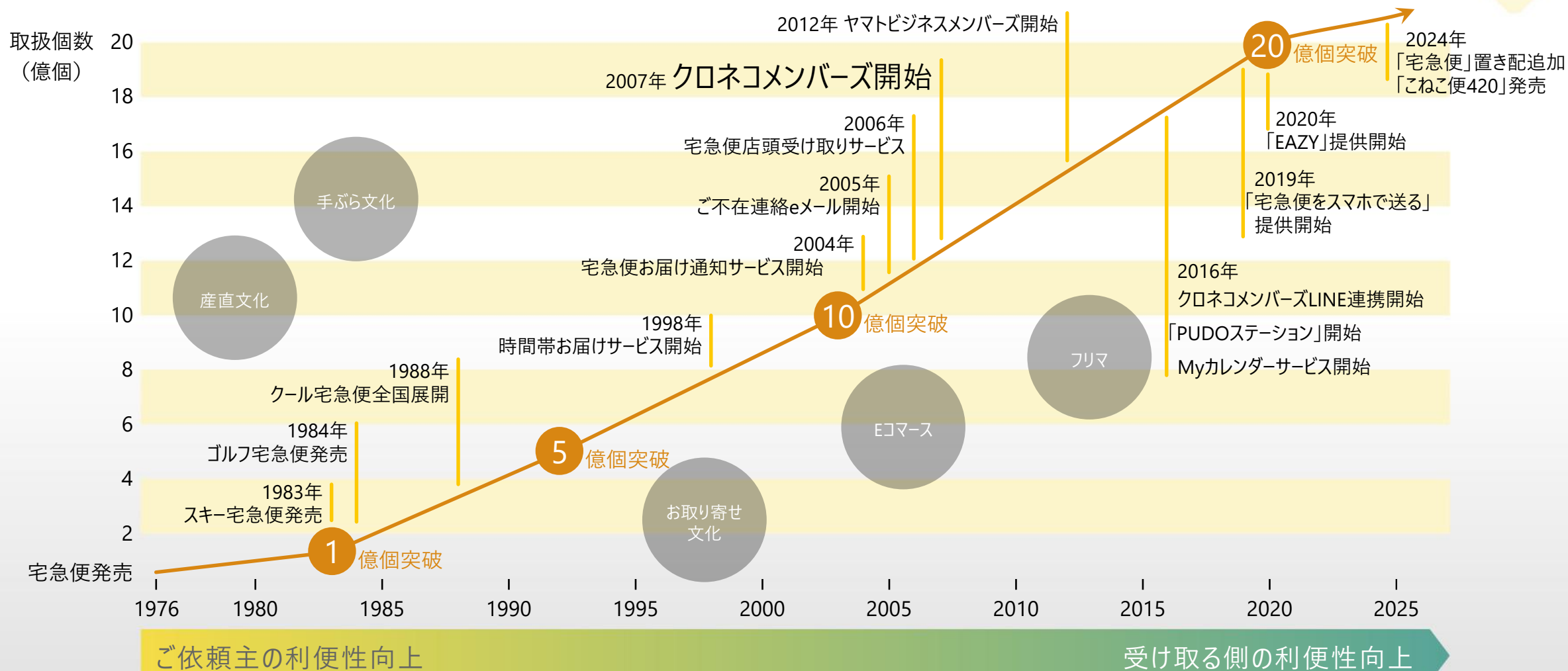
令和5年度宅配便（トラック）取扱個数（国土交通省調べ）より



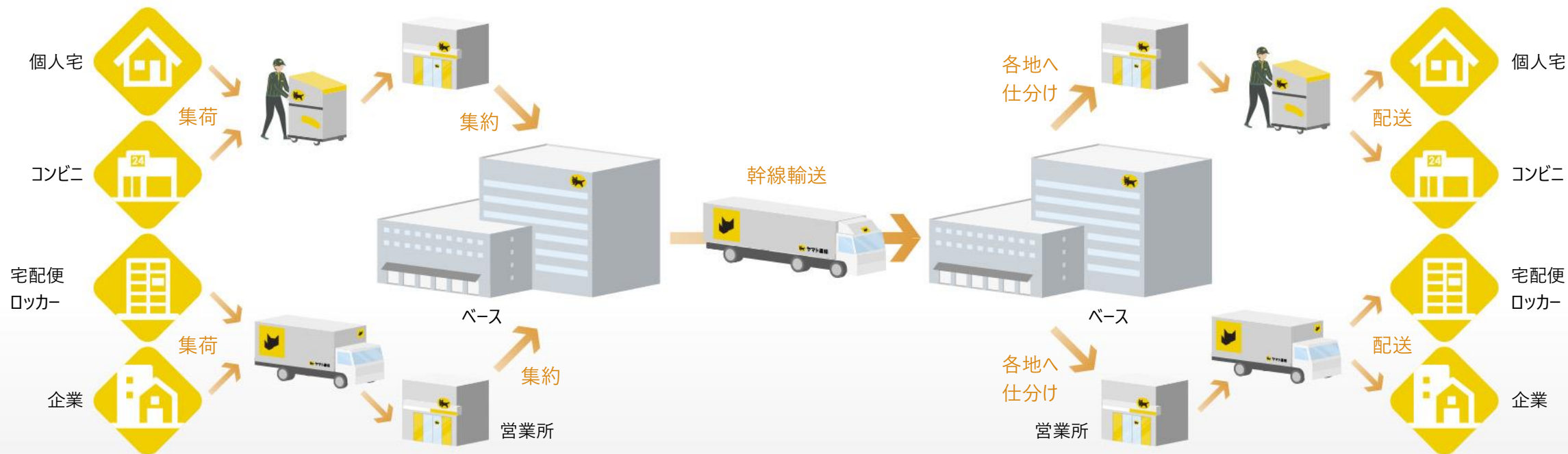
発送荷物の
90%は法人企業の荷物



宅急便のあゆみ



宅急便が届くまで



営業所
約2,800拠点

取扱店
約15万店

トラックターミナル
約80拠点

車両
約5.5万台

法人関連
オペレーション拠点
約400拠点

社員
約17.3万人

クロネコメンバーズ会員
5,700万人以上

ヤマトビジネス
メンバーズ会員
約170万社

海外拠点
24の国と地域

目指す姿

経営理念

ヤマトグループは、社会的インフラとしての宅急便ネットワークの高度化、より便利で快適な生活関連サービスの創造、革新的な物流システムの開発を通じて、豊かな社会の実現に貢献します。

事業課題／社会課題

- EC化の進展
- 気候変動の深刻化

- 労働力人口の減少 少子高齢化/過疎化
- 2024年～2030年 輸送力不足の深刻化

- 地政学リスクの増大
- テクノロジーの進化

不確実性の高まり

中期経営計画 SX2030 ～1st Stage～

運ぶ

新たな
価値

「運ぶ」に
つながる物流

ヤマトグループの目指す姿（～2030）

持続可能な未来の実現に貢献する価値創造企業

環境価値



経済価値



社会価値

アジェンダ

1. 弊社のご紹介
2. 弊社が抱えていた課題について
3. 弊社が実践した課題解決方法について
4. これからについて

弊社の理解

健康診断結果に基づく再検査の扱い

他業種

企業が受診勧奨を行うことが

努力義務

(労働安全衛生法)

自動車運送業

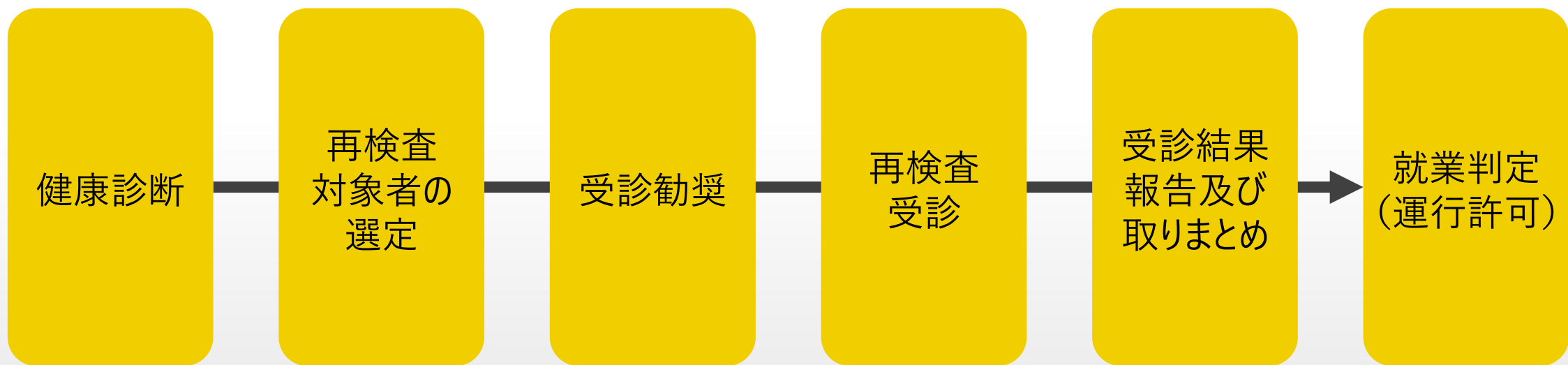
未受診者が事故を発生すると

行政処分

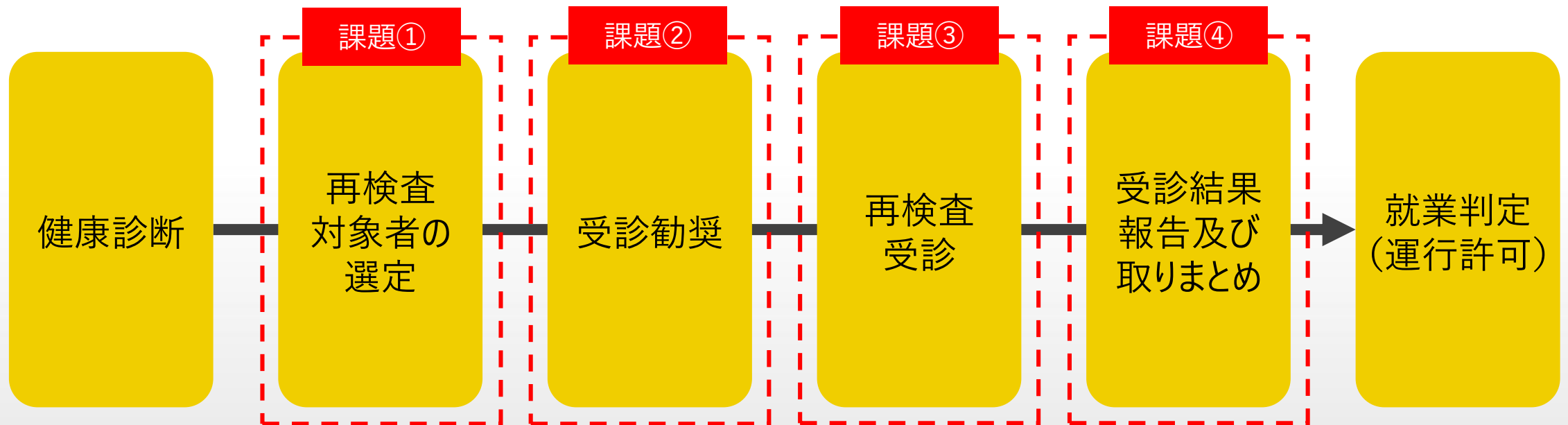
(道路運送業法および貨物自動車運送事業法)

自動車運送業は他業種と比較しても
健康診断結果に基づく
事後措置（再検査）に対して
高い水準で実施する事が求められている

健康診断後の実施フロー

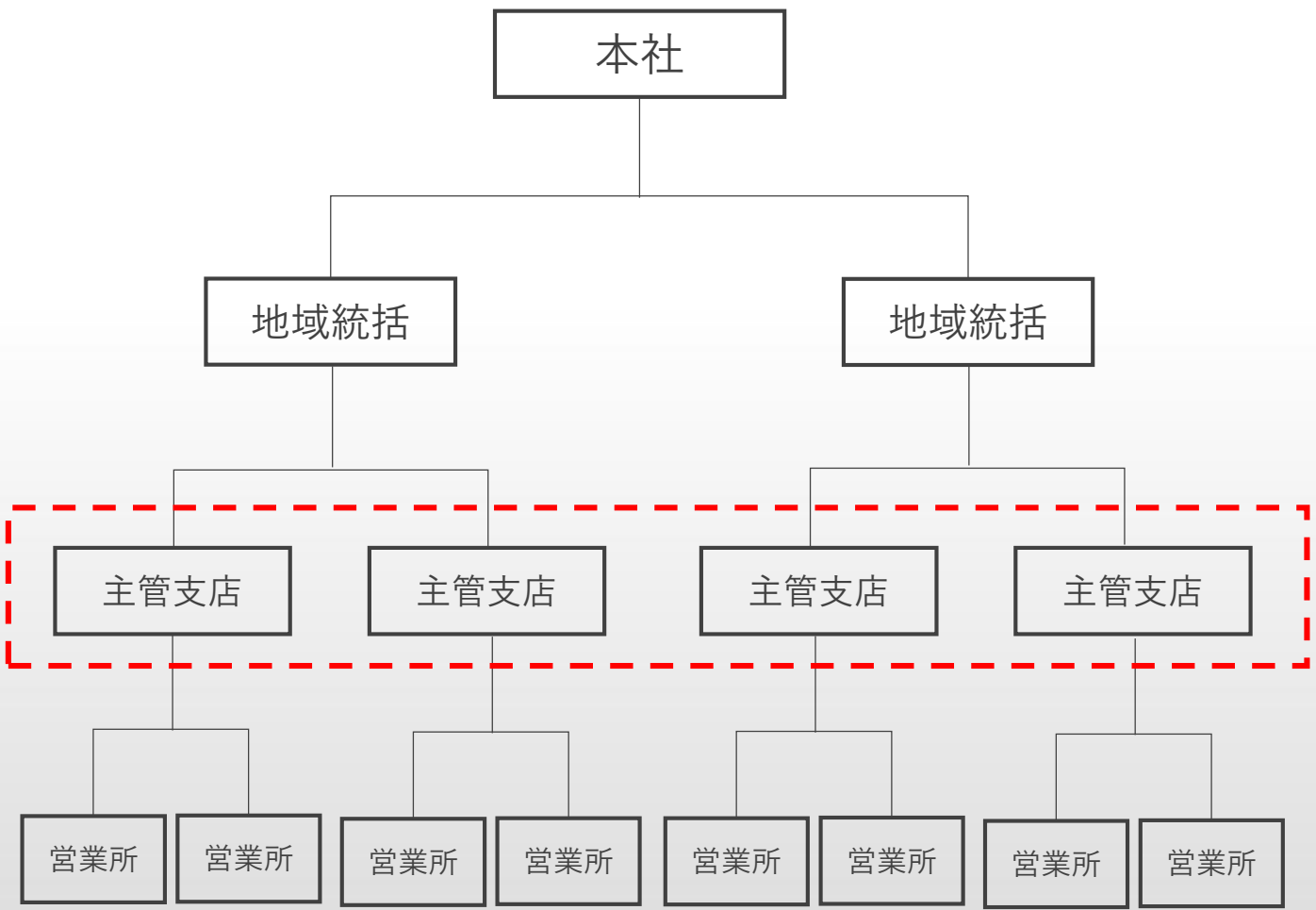


健康診断後の実施フロー（弊社の課題）



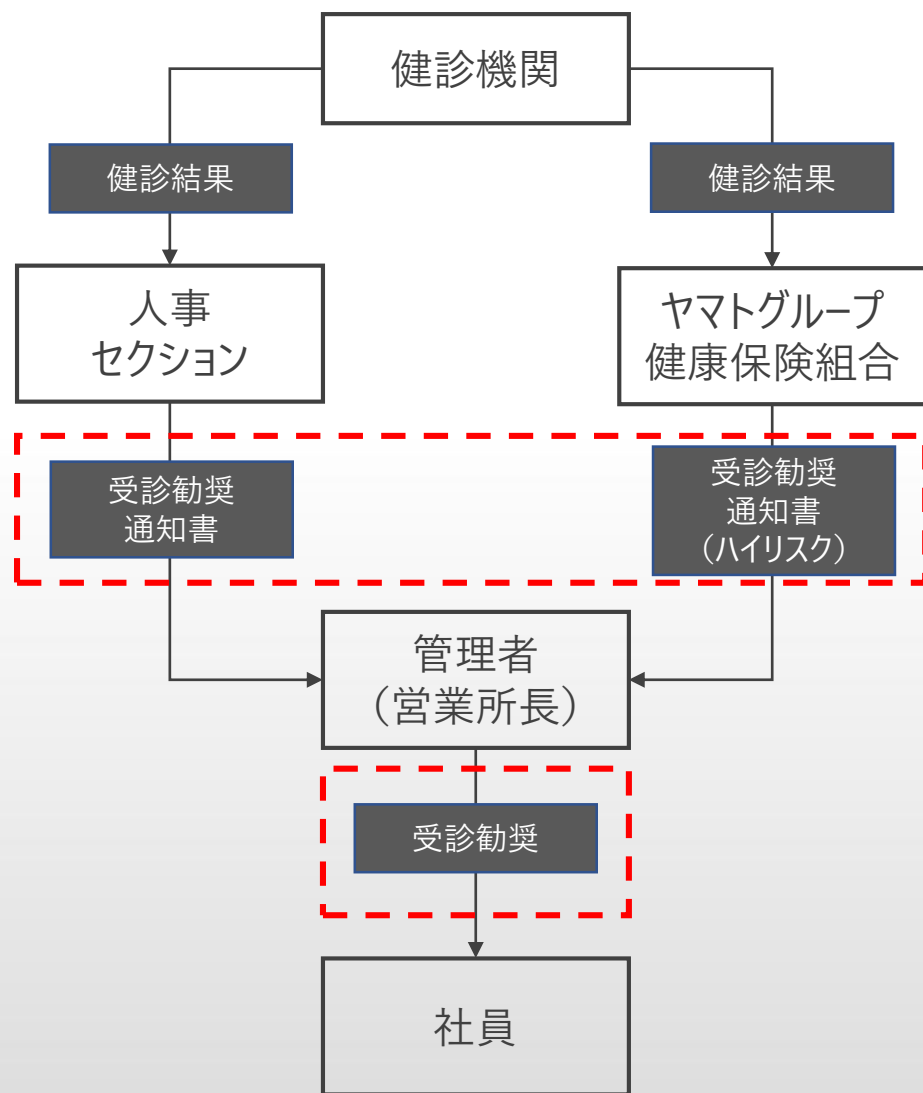
課題① 基準やルールがバラバラ

弊社の組織イメージ



課題①
基準やルールがバラバラ
各主管支店で契約している医療機関や個々の産業医の判断によるもので、再検査の基準がバラバラ。また、受診勧奨後のフォローもルール化されていなかったため、きちんと追いかけている主管支店もあれば手紙を送って終わりという主管支店もあり、社員から見ると公平感に欠ける状態。

課題② 受診勧奨が受診に繋がらない



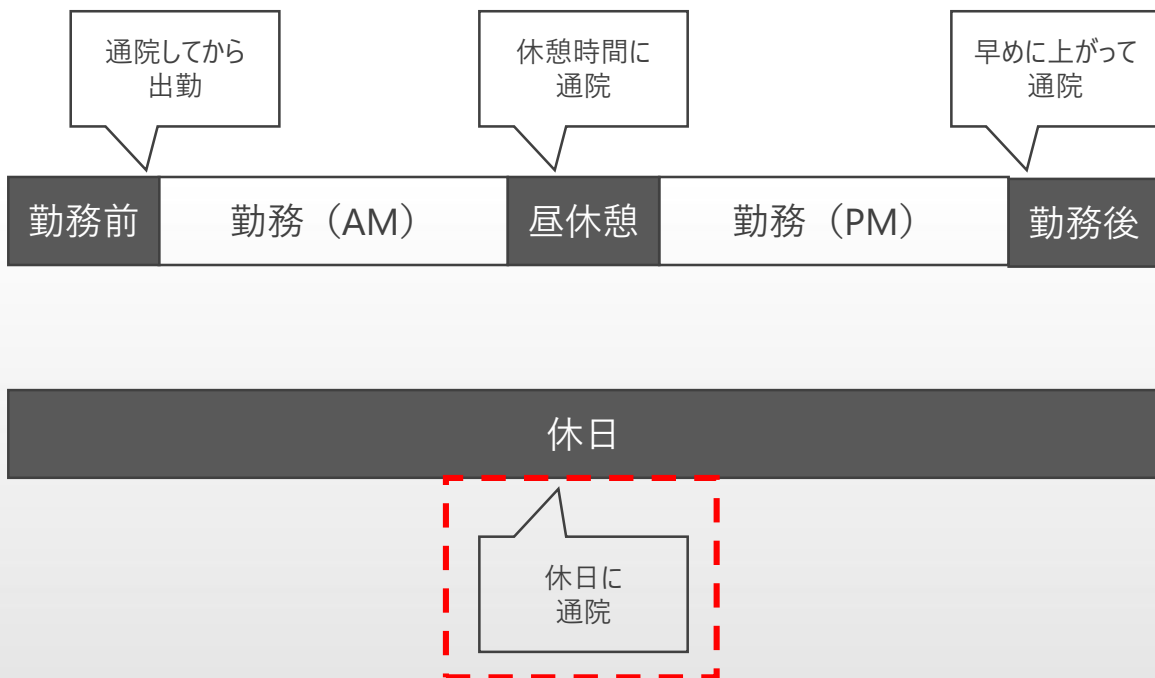
課題②

受診勧奨が受診に繋がらない

これまで医療機関や個々の産業医の判断に基づき、各主管支店が作成した受診勧奨通知書とハイリスク者には健保が作成した受診勧奨通知書の2種類で運用していた。又、受診勧奨は管理者が行っている。それなりのアクションを行ってきたが受診の動機付けにまで至っていなかった。理由は社員が健康リスクを把握する様な通知書になっていなかった事、健康リスクに対しての知識不足と受診勧奨を行う管理者の知識不足が原因。

課題③病院に行き難い勤務形態

通院タイミングのイメージ



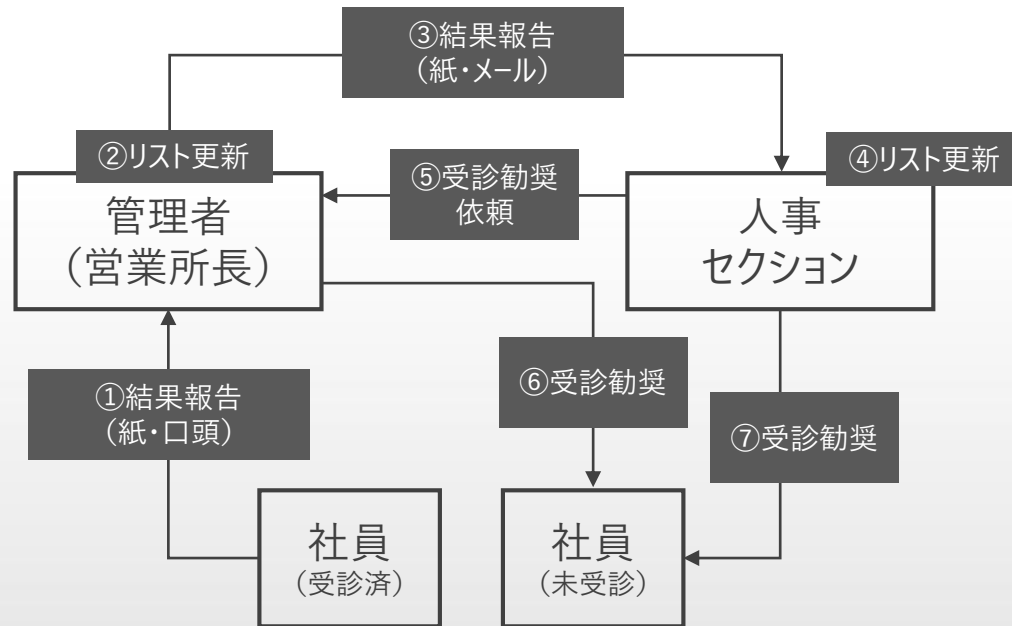
課題③

病院に行き難い勤務形態

左図はオフィスワーカーの通院イメージ。出勤した日でも通院する事が可能。一方、フィールドワーカーである弊社の乗務職は業務量に応じて休憩時間や退勤時間が変わってしまう為、出勤した日に通院するのは現実的に厳しい。休日しか通院できない為、オフィスワーカーと比較するとフィールドワーカー（乗務職）は再検査受診がし難い勤務形態になっている。

課題④アナログ的な報告方法と取りまとめの煩雑さ

弊社の運用イメージ



課題④

アナログ的な報告方法と取りまとめの煩雑さ

運用方法が各主管支店で多少違うが弊社の再検査結果の報告と対象者の潰し込みを示したのが左図。未受診者の潰し込みを行うのに相当のパワーが掛かっている。その為、健康リスクに対しての意識が高い主管支店と低い主管支店で（もっと言うと営業所単位）再検査受診率や未受診者の潰し込み期間に差が出てしまっていた。又、人事担当者がこの業務に工数を取られ過ぎてしまい、本来やるべき、未病や予防の取り組みなどに着手できない状態になっていた。

アジェンダ

1. 弊社のご紹介
2. 弊社が抱えていた課題について
3. 弊社が実践した課題解決方法について
4. これからについて

原因の理解

「重症化予防が進まないサイクル」

健康診断で生活習慣病の再検査対象になる人が多い

定期健康診断の有所見率（厚生労働省 令和5年業務上疾病発生状況等調査）

全事業平均：58.9% うち道路旅客（バス・タクシー）：74.1%／道路貨物（トラック）：66.6%

健康診断結果が悪くても再検査になかなか行かない

再検査未受診率26% 受診しない理由

「仕事が忙しかった」「必要性を感じなかった」37.9%／「面倒だった」26.4%

（T-PEC社 健康診断に関する調査）

再検査のために病院に行くが、すぐに行かなくなってしまう

糖尿病患者の1年後の治療継続率56%（厚生労働省 健康日本21評価作業チーム）

結果、毎年再検査対象者が増加傾向にある

解決コンセプトの作成

受診意欲を
高めること

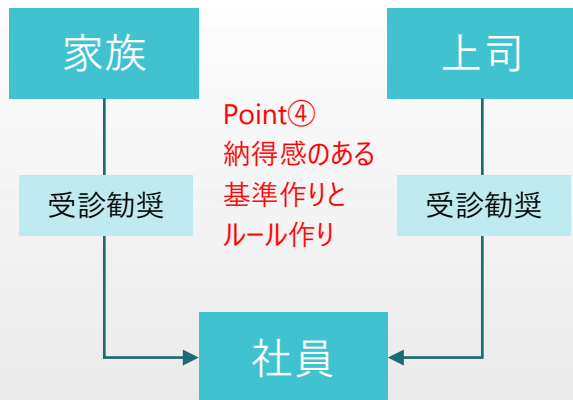
受診し易い環境を
用意すること

受診結果を企業が
把握すること

治療継続率を
高めること

Point③
家族も受診勧奨
する仕掛け作り

Point②
管理者としての
健康リテラシー向上



Point④
納得感のある
基準作りと
ルール作り

Point①
社員本人の健康リテラシー向上

現状、乗務職が受診できる日



+

受診出来る日を
週2日から週7日へ



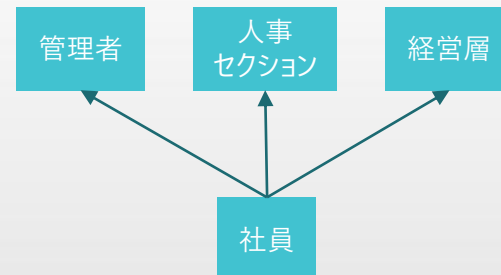
勤務日も受診できる日に

Point①
乗務職でも勤務日に
受診できる環境作り

現状の報告フロー

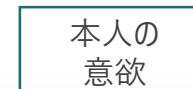


あるべき報告フロー



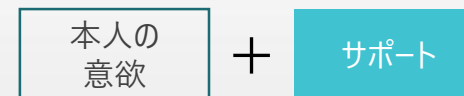
Point①
工数を掛けずに企業側が受診状況を
把握する環境作り

現状



本人意欲が高く無いと治療継続しない。

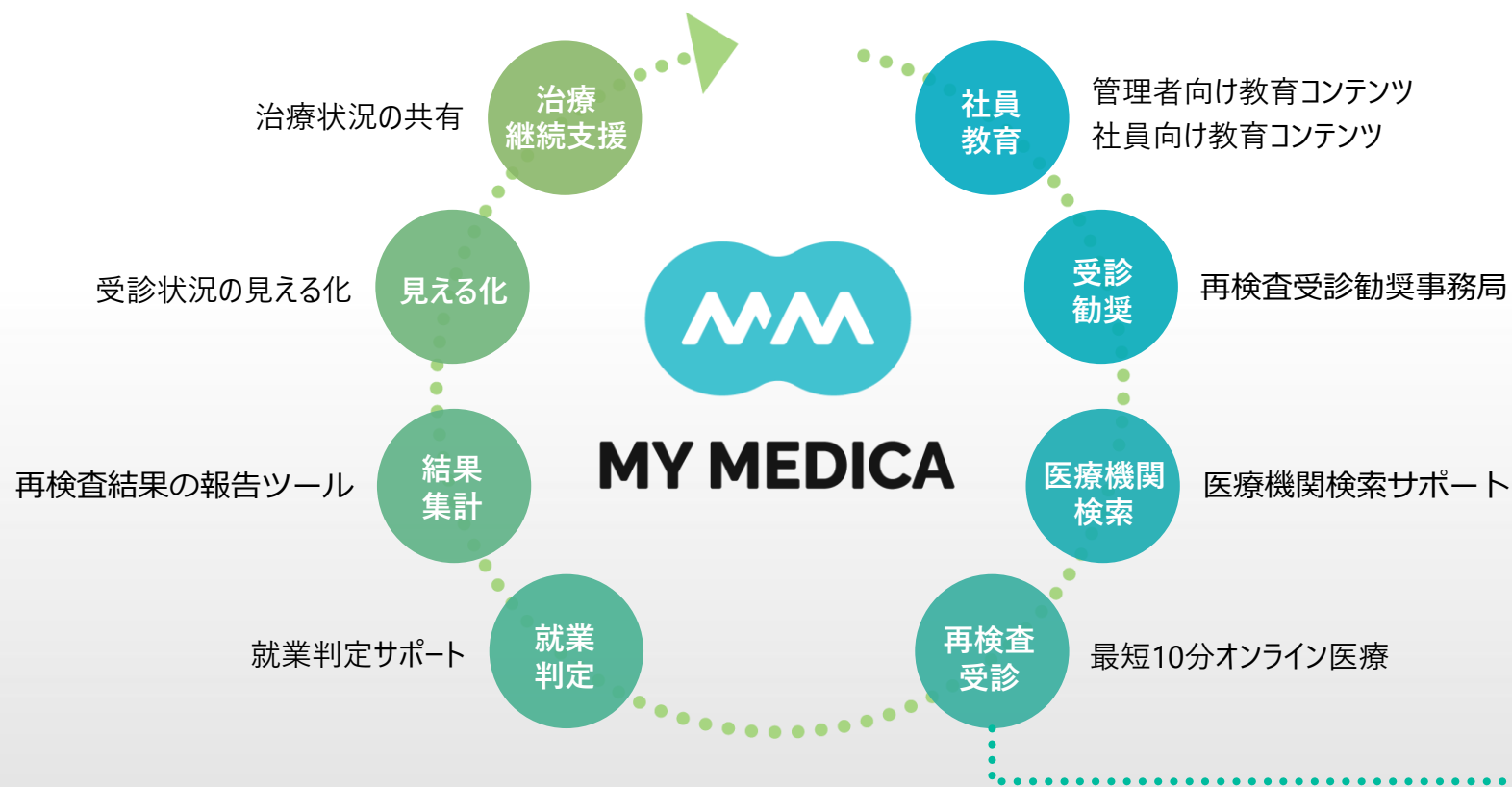
これから



Point①
治療を促すサポート環境を作りによる
治療継続率向上

解決コンセプトの実現

オンライン医療を中心とした従業員の健康管理と重症化予防を行うサービスを開発



自社アプリ

提携医療機関

自社運営薬局

受診意欲を高めること

社員教育

提携医療機関監修の動画を使って管理者及び社員になぜ再検査を受診しないといけないかを中心に教育しています。又、人気のあるYouTubeチャンネルに動画制作を依頼するなど見易さも工夫しています。

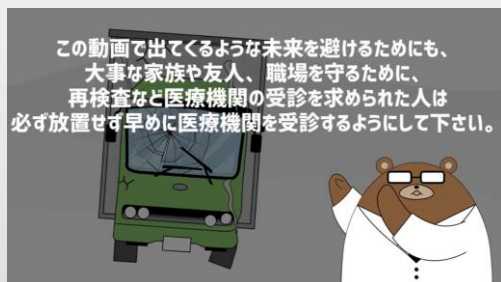
管理者向け教育コンテンツ

目次

1. なぜ社員の健康管理も管理職の仕事なのか
2. なぜ血圧と血糖（HbA1c）の高い人は注意が必要なのか
3. 管理職として注意すべきこと
4. まとめ

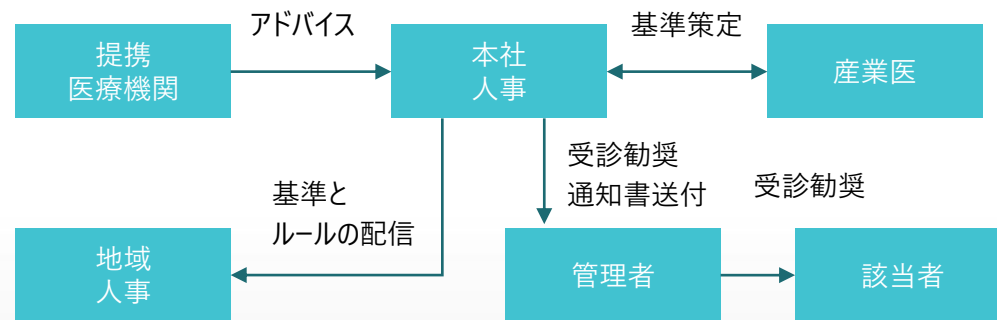


社員向け教育コンテンツ



再検査受診勧奨事務局

提携医療機関のアドバイスを貰いながら契約する産業医と最終的に本社統一の再検査基準を設定しています。これを実施する事で会社としての健康リスクがクリアになります。



仕分けCD: 0XX-99-00
主 管: 0XX000 ●● 主管支店
所 属: 0XX990 ●● ペース
社員番号: 999999
氏 名: 黒田 やまこ 様

発行日: 20XX/XX/XX
人材開発部 EX 検査課

受診勧奨通知書

健康診断の結果、あなたの健康状態に何らかの問題がある、またはその可能性が高いと判断されました。早急に医師の診察を受け、医療機関を受診したことも報告ください。

※すでに通院または治療中の場合はご報告し、必ずしも。 ※※※ MY MEDICA も利用して再検査を受けたい場合は、報告不要です。

【期 日】 通知後受け付けてから1ヶ月以内
【報告内容】 社員番号・受診した項目・受診日・医療機関名称・再検査の結果
【報告方法】 MY MEDICA のアプリをダウンロードし、必要事項を入力してご報告ください。

要精密検査・要治療の判定があった検査項目 ※該当する項目のみ、値を記載	
血圧	収縮期 170 拡張期 100
血糖 (糖化HbA1c)	HbA1c 8.5
脂質	LDLコレステロール
肝機能	AST(GOT) 170 ALT(GPT) 100 γ-GPT 500
心電図	異常あり
胸部X線	F (要精密)

※「MY MEDICA」で検出された項目は以下となります。ご報告ください。
血圧: 収縮期170以上、拡張期100以上、LDLコレステロール、LDLコレステロール、中性脂肪、空腹血糖、血糖
※以下の項目は医師の判断で精密検査が必要と判定されません。
HbA1c (6.5~8.4)、AST(GOT) (51~99)、ALT(GPT) (51~99)、γ-GPT (501~200)

早期受診・早期治療で重症化を予防しましょう！
結果に関するお問い合わせ 0120-0-9111-354 (24時間受付) 受付先: サポートデスク(株式会社)
通院に関するお問い合わせは、主管/次官/人事担当までご連絡ください。

放置していると危険です！ 早めの受診をお願いします！

動向項目	疑われる病気	放置するとリスクが高まる病気や治療
血圧	高血圧 収縮期 160 以上 拡張期 100 以上	① 発症リスク8倍 脳卒中 (入院費) 238万円
血糖	糖尿病 HbA1c 8.0 以上	① 10年生存率36.2% 人工透析 (年間治療費) 480万円
脂質	脂質異常症 LDLコレステロール 200 以上	① 発症率2倍！ 脳梗塞 (入院費) 167万円
肝機能	脂肪肝/肝炎 AST(GOT) 200以上 ALT(GPT) 200以上 γ-GPT 500以上	① 10年後生存率42% 肝臓がん (治療費) 214万円

「運動好きな人であるから大丈夫」と放置していると、脂肪が肝臓で蓄積を招き、肝臓の機能が「かたどたど」しだんだん機能しない状態に。最終的に「肝臓がん」の状態を経て肝臓がんを患ってしまいます。

※MY MEDICA 事務局
support@mymedica.co.jp
080-6855-4783

受診勧奨通知書は敢えて紙で発行しています。又、ご家族の目に留まる様なチラシも同梱して家族からの受診勧奨を促す様な工夫をしています。

受診し易い環境を用意すること

POINT

院外処方による服薬指導までを
シームレスに10分で体験できるサービス
「最短10分で診療と服薬指導が受けられる」

STEP1

アプリから診察予約



STEP2

オンライン診察



STEP3

薬剤師による
服薬指導



STEP4

自宅や職場に
おくすりをお届け



STEP5

費用は後日
アプリからお知らせ



朝7時から夜21時まで（休診時間有）土日も運営
「受診したい時に受けられる」

受診し易い環境を用意すること

休憩時間内に 受診する場合

休憩時間の過ごし方が変わる
～430休憩の中で通院できる～

プライバシーが保たれている空間で受診いただいています

出発前
点呼で
再検査の
受診勧奨

4時間
連続運転

10秒
予約

20分

買い物
食事など

10分



30分休憩

帰庫後
点呼で
再検査
受診報告

夜勤明けに 受診する場合

勤務後の過ごし方が変わる
～夜勤明けでも朝から通院できる～

5 : 00

業務
終了

10秒
予約

帰宅

5 : 30

入浴

6 : 00

食事

7 : 00



7 : 10

就寝

「430休憩とは」 ドライバーの連続運転に関する規則のことで、「連続運転は4時間が限度であり、運転開始後4時間以内、または4時間経過直後に運転を中断し、30分以上の休憩等を確保しなければならない」というもの。

受診し易い環境を用意すること

提携医療機関および医療アドバイザー

ウチカラクリニック代表 森 勇磨（もり ゆうま）

東海高校・神戸大学医学部医学科卒業

2020年2月より「予防医学ch/医師監修」をスタート。現在の登録者は91万人で、総再生回数1.4億回（1/24現在）を超える。

株式会社リコーの専属産業医として、予防医学の実践を経験後、独立。

Preventive Room株式会社を立ち上げ、書籍やYouTubeでの情報発信に留まらず、オンライン診療に完全対応した新時代のクリニック「ウチカラクリニック」の運営、社員の健康を守る法人向けの福利厚生としてのオンライン診療サービスの展開、労働衛生コンサルタントとしての健康経営のコンサルティングなどを通じて予防医学のさらなる普及を目指している。



〔自社運営薬局〕 オンライン薬局「ターミナルファーマシー」

手作業を極力少なくするために
最新の機器を導入した未来型の薬局です
経験豊富な薬剤師が皆さんの服薬をサポートします



受診結果を企業が把握すること

アプリを有効活用する事でより正確に早く受診結果を把握する事ができ、未受診者の潰し込みが進みました

医療に慣れていない人も困らない様に
再検査の項目で予約できる仕様になっている

MY MEDICA
MMで再検査出来る項目は
そのまま予約日時の選択に遷移

Doctors File
ドクターズ・ファイル
MMで再検査出来ない項目は
病院検索サービスと連携。
スムーズに行くべき病院を探すことができる

医療機関検索サポート

就業判定サポート

就業判定

- ☐ 通常勤務
- ☐ 就業制限
- ☐ 要休養

医師のコメント

医学的に避けることが
望ましい制限内容

- ☐ 運転作業
- ☐ 深夜作業
- ☐ 月40時間を超える残業
- ☐ その他（コメント）

再検査の受診データは一元化し、
進捗の潰しこみに活用

患者情報
(氏名等)

受診日

エビデンス
(領収書など)

受診項目
(再検査項目)

診断内容
(就業判定など)

投薬の有無

外部医療機関で受診した場合もアプリから
報告。アナログ的な運用が無くなることで
管理者及び人事担当者の手間を大幅削除

再検査結果の報告ツール

受診結果を企業が把握すること

現場単位で受診状況を「見える化」して経営陣から現場管理者まで全社の再検査受診状況を把握する様にしました

受診状況の見える化

◆再検査

地域
表

未受

- 血
- 肝
- 脂
- 血
- 貧
- 心
- 胸

地域

- A.北
- B.東
- C.東
- D.南
- E.北
- F.北
- G.中
- H.關
- I.中国
- J.九州

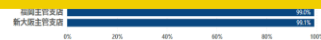
合計

投影のみ

再検査人数
53
1
21
10
24
3
0
44
13
4
173

利用店舗 数
27
50
4
50
5
2
5
2
17
11
11
1
6
4
0
15
185
0
2
6
1
11
0
11

15,982	15,809	173	98.9%	11.6%	9,493	999	1997	2889	806	611	1210
--------	--------	-----	-------	-------	-------	-----	------	------	-----	-----	------



合計	110,778	9,964	5,814	4,350	9.0%	3,241	32.5%	6,749	209	74	687
----	---------	-------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-----	----	-----

治療継続率を高めること

医療チームからの治療伴走メール

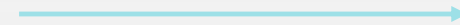
再検査で受診される方は、治療に慣れていない方が大半です。
飲み忘れることが無く、しっかり治療継続できるように、
医療チームが定期的に伴走メールを配信する事で治療離脱を抑制しました。



治療状況の共有

健康起因事故の原因となる生活主管病受診者の受診状況を定期的にフィードバックする事で運行管理者が治療中断者に声を掛けやすくする環境を作っています。これにより治療継続者、中断者の情報が明確になり、未治療者へのアプローチがしやすくなります。

人事担当者及び運行管理者



患者情報
(氏名など)

受診日

投薬の有無

症状
(生活習慣病のみ)

実績と導入効果

多くの社員がMY MEDICAに触れる事で再検査受診率の向上を図る事ができました

実績

アプリDL数

約**44,000**件

累計受診数

10,000件超

月間利用者数

約**1,000**人

導入効果

再検査受診率

98%

一般的に50～75%と言われている

治療継続率

80%

MY MEDICAで治療した人（生活習慣病の一般的な継続率は50%）

アジェンダ

1. 弊社のご紹介
2. 弊社が抱えていた課題について
3. 弊社が実践した課題解決方法について
4. これからについて

会社概要

自動車運送事業者の従業員の健康管理と重症化予防に向けて、新会社を設立



MY MEDICA

「社名（サービス）名に込めた思い」

1人1人に合った医療を提供したい（MY MEDICAL）と
医療に関わる時間や手間を少なくしたい（（－）L）から
このサービス名にしました。

「ロゴに込めた思い」

時短でスマートな医療の提供を可能にしたMY MEDICAのサービスにより、
人と医療が共に寄り添い合い距離が近くなる世界を、
それぞれの円（縁）をMY MEDICAが繋ぐデザインで表現しています。

社 名 株式会社MY MEDICA

所 在 地 神奈川県横浜市中区常盤町一丁目3番地

設 立 日 2024年12月12日（木）

資 本 金 9億9千万円（資本準備金含む）

代 表 者 伊藤 匡

株主について



社名	ヤマトホールディングス株式会社
本社	東京都中央区銀座2-12-16
創業日	1919年11月29日
資本金	1,272億34百万円
売上高	1兆7,586億円
事業内容	「宅急便」など各種輸送に関わる事業

宅配便サービス 国内シェア1位

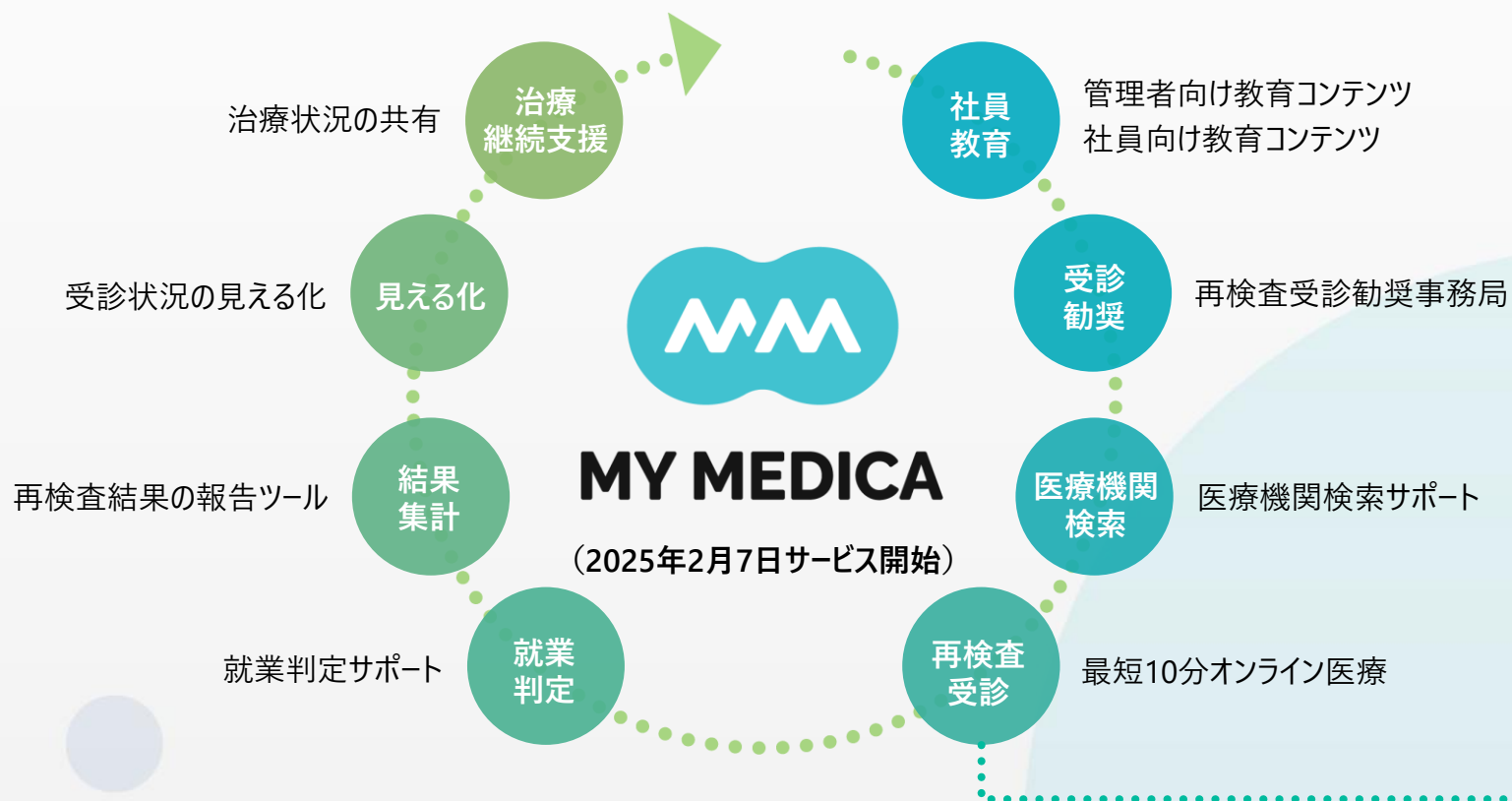


社名	アルフレッサ株式会社
本社	東京都千代田区神田美土代町7番地
創業日	1949年8月
資本金	40億円
売上高	2兆3,331億円
事業内容	医療用医薬品等の卸売販売

医療品医薬品卸 国内シェア1位

「MY MEDICA」 概要

オンライン医療を中心とした
自動車運送事業者の従業員の健康管理と重症化予防を行うサービス



自社アプリ

提携医療機関

自社運営薬局

「MY MEDICA」 概要

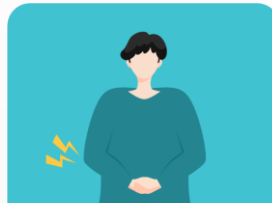
取り扱い症例



高血圧



脂質異常症



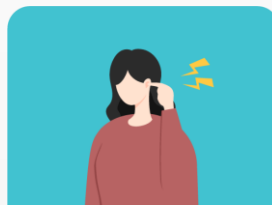
おなか外来



高尿酸血症



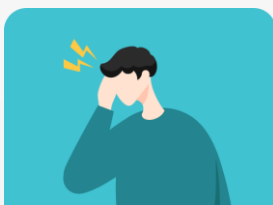
糖尿病



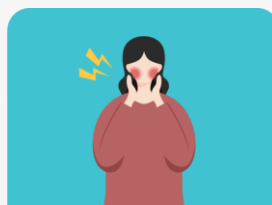
耳鼻外来



花粉症/アレルギー性鼻炎



頭痛外来



皮膚外来

その他

ご利用の流れ

MY MEDICAのコーポレートサイトのお問い合わせフォームからお申し込み

料金

導入費用：**無料** 月額利用料：**無料**

おくすりの配送料

相対契約

サービス利用料

相対契約

診察費用・調剤費用

診察後に確定します

※診察費用・調剤費用は保険診療の場合、法令に基づき算定されます

※個人でご利用の場合は、アプリストアから「MY MEDICA」をダウンロードしてご利用可能
法人でのご契約がない場合、一部機能がご利用いただけない場合がございます

通常料金

おくすりの配送料：550円（税込） サービス利用料：440円（税込）

診察費用・調剤費用：診察後に確定

※企業さまには配送料と利用料の特別料金を用意

導入メリット提供価値

導入事業者

- コストを極力かけずに従業員の健康管理と重症化予防が可能
- 健康起因事故リスクの軽減
- 健康診断の再検査に関わる業務負担の削減
- 福利厚生の実質充実



利用者

- 最短10分で診療と服薬指導が受けられる
- 朝7時から夜21時まで※、土日も運営しているので、仕事や生活に合わせた受診が可能
- 薬はご自宅や職場など、好きな場所で受け取り可能
- 無理なく治療継続ができる

※休診時間あり



既に導入が決まっている企業 ※五十音順

トラック業界



西濃東京エクスプレス株式会社
エコアライアンス株式会社



西久大運輸倉庫株式会社



フジトランスポート株式会社

タクシー業界



日本交通

日本交通株式会社
※板橋営業所でのテスト導入

バス業界

㊤ 宮崎交通

宮崎交通 株式会社



ヤマトグループ

ヤマト運輸株式会社
ヤマトオートワークス株式会社
ヤマトマルチチャーター株式会社

沖縄ヤマト運輸株式会社
ヤマトボックスチャーター株式会社
他



アルフレッサ株式会社



エーエルプラス 株式会社

みなさまへのお願い



株式会社MY MEDICAコーポレートサイト
(<https://corporate.mymedica.jp/>)

お問い合わせフォーム

(<https://corporate.mymedica.jp/contact>)



MY MEDICAサービスサイト
(<https://www.mymedica.jp/>)



※Apple、Appleのロゴ、iPhoneは、米国およびその他の国や地域におけるApple Inc.の商標です。
※iPhone商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。
※App Storeは、Apple Inc.のサービスマークです。



※Google Play、Google Play ロゴ、Androidは、Google LLCの商標です。

MY MEDICAを活用して健康起因事故リスクの軽減に挑戦していただける企業さまを大募集しています。
トラック協会、ハイヤー・タクシー協会、バス協会など業界団体の皆さま
健康起因事故リスク軽減についてのセミナーも請け負っています。ぜひお声掛けください。

OUR MISSION

私たちはMY MEDICAを通して最高の医療体験を提供することで
ユーザーの重症化予防を行い、「元気」で「いきいき」とした人が溢れた、
豊かな社会の実現に貢献する