

従業員と家族の Good Life のために - 2022 ネスレ健保組合理事長対談

English follows Japanese



本日はよろしくお願い申し上げます。

今回、津田さんにはネスレ健保組合理事長として初めてイントラネットにご登場いただきます。

まず従業員の皆さんにメッセージをお願いできませんでしょうか？



津田さん

人事総務本部長として、皆さんにお伝えしたメッセージとも重複しますが、ネスレのパーパス、そしてスローガンである Good Food Good Life を実現するためには従業員の健康が不可欠です。健康保険組合理事長としても、従業員の皆さんの健康に全力で取り組んでいきたいと思っています。

実は私は、身をもって健保の活動の重要性を知っています。

5年前のことですが、私は生活習慣病という診断を医師から下されました。それまでは、どちらかという自身の健康について無頓着なタイプでしたが、積極的にネスレ健保のプログラムに参

加、ウォーキングプロジェクトや特定保健指導などをうまく活用できたおかげで、現在は数値が大きく改善しました。

病気の治療は大切ですが、健康づくり、つまり予防活動もとても重要です。

今お話しした自身の経験も踏まえながら、これからさらに新しい健保活動を進めていきたいと考えています。



津田さんご自身がネスレ健保のサポートで健康を取り戻されていたんですね。貴重なお話をありがとうございます。それにしても毎日お忙しい中、いつウォーキングをされているんですか？



津田さん

毎朝、朝食後に歩いています。

以前は通勤に約1時間かかっていましたが、今は少し余裕ができましたから。1日1万歩くらいかな。



津川さん

津田さんは、2019年度の最初からウォーキングプロジェクトにずっと参加いただいています！

ちなみに私たちネスレ健保もチームを組んでいて、津田さんの歩数は現在チームトップです(笑)

運動や生活習慣の見直しで、薬を服用せずに健診結果の数値を改善されたというのは、ご自身の努力のたまもので、素晴らしいです。



では、ここから本題に入り、健保の活動について伺います。どの分野においても、今は新型コロナウイルス感染症の影響の話題は避けて通ることができませんが、ネスレ健保にパンデミックはどのような影響を及ぼしたのでしょうか？



津田さん

ここ数年間、コロナ禍がすべてに大きな影響を与えましたね。皆さんも多くの困難を経験されたと思います。

しかし、別の角度から見ると、コロナ禍が健康の重要性を再認識する良いきっかけになったのではないのでしょうか。



最近、世界保健機関(WHO)がこんなデータを発表しました。

2020～21年に新型コロナウイルスのパンデミックが原因で死亡した人の数が、これまで公式に報告された約540万人の約3倍、1,490万人に上る可能性があるそうです。

一方、日本はどうだったかというと、同時期に死亡した人の数はマイナス約2万人、つまり事前の予測よりも実際の死者数が少なかったそうです。



津田さん

なぜ、こんなことが起こったのか？ WHOはその要因として、コロナ対策として強化された衛生対策が、コロナ以外の病気による死を防いだことを挙げています。

日本の人々は健康や衛生に対する意識が高い傾向があり、ソーシャルディスタンス、マスク着用、手指の消毒などの対策が取られていました。インフルエンザ患者の顕著な減少は皆さんの記憶にも新しいと思います。

津川さん、ネスレ健保の医療費はコロナ前後のここ数年で下がっているんだよね？



津川さん

はい、ネスレ健保の保険給付費（医療費等）は、実は 2019 年度から既に減少傾向にあり、2020 年度はコロナ禍による受診機会の減少に伴ってさらに減少、2021 年度もネスレでは低めの保険給付額になる見込みです。2018 年度と比べ 2021 年度でもネスレは 10%以上給付額が下がっています。

日本の健保全体の傾向としては、2020 年度のみコロナの影響で医療費が下がったものの基本的には右肩上がりなので、ネスレは良い傾向にあると言えます。

これは、国に納める高齢者納付金にも良い影響を与えるので、健保財政基盤の安定をもたらしています。世の流れと逆行しますが、ネスレ健保ではいったん保険料率を下げられるか具体的に検討したいと思っています。



津田さん

コロナ禍で大変な困難を強いられましたが、その一方でネスレでは一人ひとりの健康への関心が高まり、医療費の減少というポジティブな結果につながったんだね。

ポストコロナ時代を見据えて、先日、深谷 CEO が[ニューノーマル](#) ワークスタイルについてメッセージを発表されました。新しい働き方については、従業員の皆さんもしっかりと考えてほしいのですが、もちろん会社として、そして健康を支える健保としてもさまざまな施策を考えています。

一般に、健康という言葉からは、身体面での健康を連想する方が多いかもしれませんが、心の健康も大事な側面です。ネスレ健保は、これまで身体面の健康に注力してきましたが、これからは精神面の要素も少しずつ保健事業に取り入れていきたいと考えています。

レジリエンス(回復力)という言葉をご存じでしょうか？

人間がストレスに対処するには、レジリエンスが必要だと言われています。このレジリエンスはちょっとしたこと、例えば 1 時間に 1 回コーヒーブレイクをする、誰かと世間話をするなどの定期的なブレイクを取る習慣を持つことで強くなるのだそうです。



津川さん

ネスレ健保では、レジリエンスの要素を取り入れた、ストレスコーピングスキル研修を 7 月に実施予定です。

ネスレの社内もコロナ禍で環境や働き方が大きく変わりましたが、従業員の皆さんの中には変化をうまく活用されている方が多くいることに驚かされます。

昨年、ネスレ健保の『[すこやか顕彰](#)』を受賞された皆さんに、健康の秘訣をお話しいただいたのですが、健康意識が高い方は、コロナ禍の環境変化や新しい働き方を上手に活用されている傾向がありました。

例えば、在宅勤務でなくなった通勤時間にジョギングを始めた方がおられました。結果的に体調管理ができ、病院に行かずにすむ、医療費のかからない生活につながっていたように感じます。



津田さん

でも、「在宅勤務だから座りっぱなし」とか「肩こりで大変」なんて人も結構いるよね(笑)



津川さん

そうですね、私も耳が痛いです・・・(笑)

ネスレ健保にさまざまな変化があったということがよく理解できました。

ところで従業員が日頃お世話になっているネスレ健保ですが、その存在を身近に感じている人はまだまだ少ないような気がします。ネスレ健保の社内における役割やミッションについて説明をお願いできませんでしょうか？



津田さん

ネスレ健保を会社の人事本部組織の一部だと思っている方も多いかと思いますが、実は健保は、健康保険法に基づき国が行う被用者医療保険事業を代行する独立公法人です。母体とは別組織で厚生労働省管轄の組織です。この点が、もしかしたら従業員の皆さんから少し遠い存在だと感じさせている原因かもしれませんね。



私たちのミッションは、従業員の皆さん、その家族の皆さんの健康を守るために活動することです。ちなみに、ネスレ健保は単一の健保組合です。サービスの対象者は、ネスレの従業員とそ

の扶養家族の皆さんですから、ニーズに合わせて独自の活動がやりやすい、というメリットがあります。



津川さん

社内には、従来から根付いている良い傾向があります。例えば、運動習慣のある従業員が多い、あるいは数値を出すことで納得され能動的に行動する、などです。このような強みをベースに、その上で健診データを分析、優先順位をつけて保健事業を実施することで、従業員の皆さんの健康づくりをサポートします。

これこそが、単一健保であるネスレ健保ならではの強みでもあります。

単一健保を当たり前だと捉えている従業員も多いような気がします・・・。



津田さん

規模の小さい中小企業は、一般的に一社で保険組合を持たないことが多く、総合健保組合や協会けんぽ(全国健康保険協会)に参加します。また財政破綻した健保組合も協会けんぽに入ります。



津川さん

従業員が常時 700 名以上いる企業でなければ、単一の健康保険組合を作ることができないんです。単一健保でない場合は、自社の従業員の傾向にあった独自のサービスの提供は難しくなりますし、保険料率も高くなってしまいます。人間ドックの補助や高額療養費の付加給付もなくなります。



単一健保だからこそ、ネスレの従業員はこのような充実したサポートを享受できているんですね。本当にありがたいですね…。

ネスレ健保ならではの特長というと、どういった点を挙げる事ができるでしょうか？
津川さんから、毎年健保には国から“成績表”が届くと伺ったことがあります…。



津川さん

「[健康スコアリングレポート](#)」のことですね。

従業員の健康状態や医療費等について、全健保組合(約 1,400 団体)の平均、そして業態の平均と比較してデータを見える化した“成績表”です。

最新の 2021 年度版の「健康スコアリングレポート」は 2018 年度、2019 年度、2020 年度のデータに基づいて作成されています。対象は、特定健診受診者(40 歳以上、被扶養者含む)なのですが、嬉しいことに、ネスレ健保のスコアは 2018 年に健保に専門職スタッフが加わり、保健事業が活発化してから年々良くなっています。

ポイントをご紹介しますね。

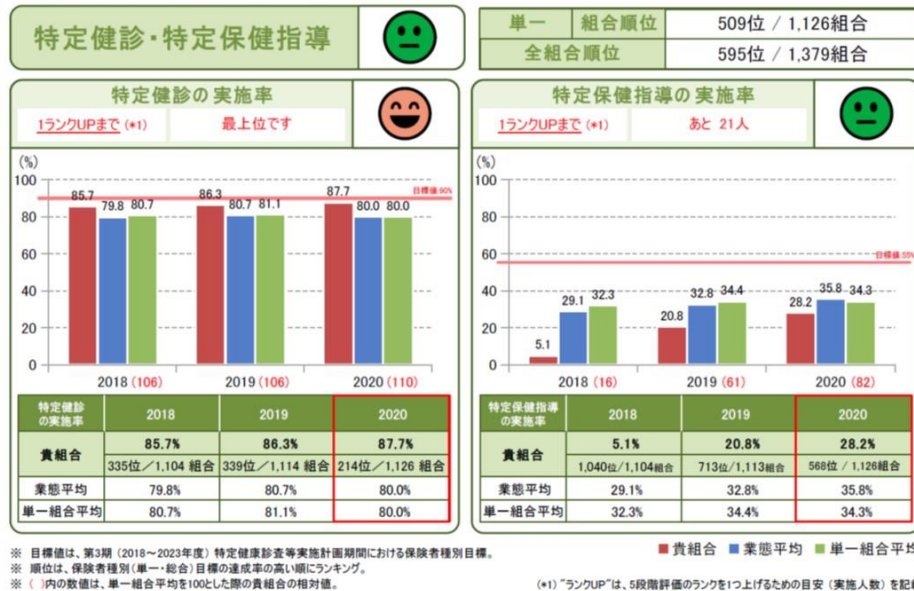


Good！特定保健指導が大きく改善

特定保健指導は 2019 年から大きく改善し、毎年実施率をあげています。

ただし、特定保健指導は、日本は国をあげて力をいれており、また健康経営に注力する企業も多いことから、まだ他単一組合の平均より若干低めです。

【貴組合の特定健診・特定保健指導の実施状況】



Very good！健診実施率は5段階評価の5

健診の実施率状況は他組合の平均より高く、5段階評価の5です。

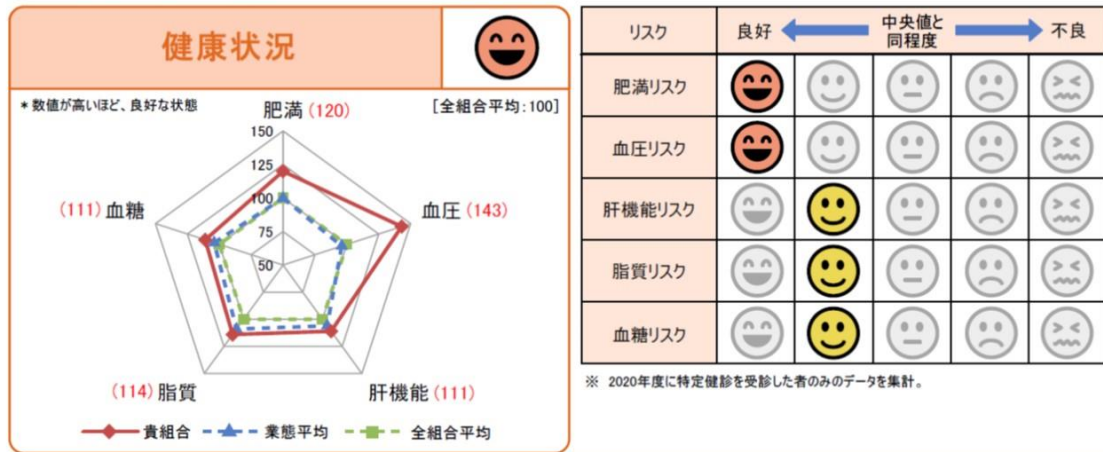
従業員はもちろん 100%、扶養のご家族の受診率も他健保より高めですが、未受診の方方もいてトータルで 87.7%。国の目標値 90%まであと一歩です。



Very good ! 生活習慣病リスク保有者、5段階評価の5

生活習慣病リスク保有者は最新のレポートではさらに改善し、全ての項目で全組合平均を上回り、5段階評価の5となりました。特に血圧や肥満リスクが良好です。

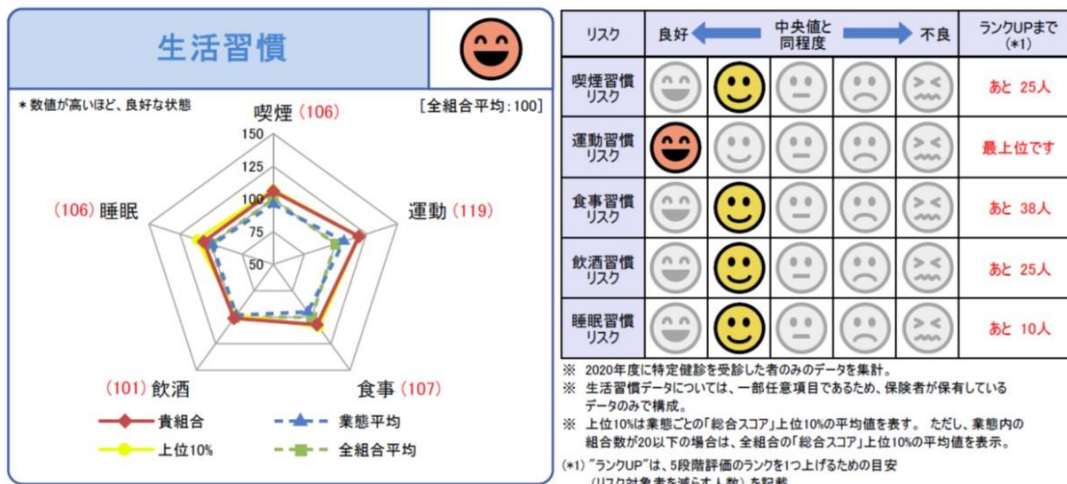
【貴組合の健康状況】生活習慣病リスク保有者の割合



Good ! 生活習慣で5段階評価の5をキープ

適正な生活習慣を有する者の割合も、2020年度データでは飲酒習慣が改善、全ての項目で全組合平均より良好です(特に運動習慣が良好)。

【貴組合の生活習慣】適正な生活習慣を有する者の割合



良好な結果は、ネスレ健保が従業員をしっかりとサポートしてくださっているからこそですね。



津川さん

結果を出してくださっているのは従業員の皆さんです！

また、ありがたいことに、ネスレでは被扶養者の方の健康状態も平均より高いんです。2020年度はコロナ禍による受診控えが増加していた状況でしたが、従業員の皆さん、ご家族の皆さんが健康に対する高い意識を維持されていたことがわかります。



津田さん

ネスレの人は健診好きだよ(笑)



津川さん

それもちょっとありますね(笑)。「健診は必ず夫婦一緒に」という方も多いです。

でも、これが大事なポイントだと私は思っているんです。ご家庭で健康について話す時間を取ってくださっている、ということですから。

ただ、時々恐ろしい数値をそのまま放置にしている方がいます。数値の認識不足が原因になっていることもありますので、ぜひ健診データも使って、ご家族や気心の知れた同僚と健康ネタを

話し合っ、ヘルスリテラシーを高めていただきたいです。

わからないことがあれば、気軽に健保の専門職スタッフの田中さん、辻村さんにご相談ください。

こういった結果も踏まえて、今後の健保事業をどのように展開していくのか、教えてください。



津田さん

津川さん、今春のウォーキングプロジェクトの参加者は約 350 名でしたっけ？



津川さん

ええ。一時期、コロナ禍の影響で参加者が減少したのですが、今春は前年秋から参加者は約 60 名増え、チーム数も 15 も増えました。

リモートワークが増え、職場のコミュニケーション不足が課題になっていますが、コミュニケーションツールとしても活用いただいているようです。

健保では、ウォーキングプロジェクト以外にもさまざまな運動促進活動を行っています。去年は、新たに土曜日開催でご家族にも参加していただける RIZAP のオンライン エクササイズもスタート、本年度も 8 月に実施予定です。

健康に課題のある方にプログラムを提供することはもちろん、課題のない方も気軽に参加してもらえるようなイベントを増やしています。20 代、30 代からの健康を意識した食事習慣、運動習慣づくりも大切です。引き続き活動を広げていきますので、ぜひ皆さんに参加いただきたいですね。

⇒ 参考:[2022 年度 健保業務・保健事業スケジュール](#)



津田さん

私がウォーキングプロジェクトを続けられる理由の一つが、“数値による見える化”なんですよね。そもそも健康に関する数値はなかなか理解しづらいですからね。
“数値による見える化”といえば、昨年の「健康つうしんぼ」は好例でした。私もセミナーにも参加しました。



津川さん

ありがとうございます。
従業員の皆さんから、「健診結果がわかりにくい」という声があり、“健診結果の見える化”を目的に、健診項目ごとに個人の順位がわかる「健康つうしんぼ」の提供をスタートしました。

昨年は 900 名近くの 35 歳以上の方に「健康つうしんぼ」を提供、関連セミナーも開催しました。

2022 年度も引き続きスギ薬局さんと提携して、さらにブラッシュアップした「[健康つうしんぼ](#)」の提供とセミナー開催を予定しています。今年の見玉は、生活習慣病の一つである慢性腎臓病（CKD）の予防を目的とした腎臓特別編レポートです。

腎臓は「カラダの司令塔」にあたる大事な臓器なので、司令塔が弱り指示が出せなくなると体調を維持することができなくなってしまいます。

また一度、機能が低下するととどすことが難しい臓器です。だから大切にしてほしいのですが、CKDは自覚症状がなく進行します。

症状が現れるのは腎臓の状態がかなり悪化してから、あるいは末期的な状態になってからという怖い病気です。

一方、健診結果で早期発見が容易ですので、生活習慣の改善や適切な治療で進行を遅らせることができ、合併症の発症を予防できます。

今回のレポートでは昨年の健診結果で腎臓の状態が一目瞭然でわかるような内容になっています。



新たな試みとして、ポストコロナの時代の新しい働き方を心身面からサポートするセミナーも先日スタートしました。

津田さん



津川さん

「[目の健康セミナー](#)」を5月26日にオンライン開催しました。

眼科医の先生にご登壇いただき、すぐに実践できるアイケアや眼精疲労解消エクササイズ、あるいは普段気づきにくい目の不調、異変のセルフチェックをご紹介いただきました。

大変好評をいただきましたので、2回目のセミナーも予定しています。

また、従来幅広く多くの方にご参加いただいているウォーキングプロジェクトに加え、今年度から新しい要素を加えた生活習慣改善イベント「[くうねるあるく+ふせぐ](#)」として、今年6月と10月、それぞれ1カ月間、開催予定です。

この新しいプログラムは、皆さんのヘルスリテラシー（健康に関する知識）を向上させることを目的としています。ウォーキングはもちろん、「健診結果の見方」「睡眠」「食生活」「女性の健康」などについて学ぶ短い動画など、多種多様なプログラムが準備されています。

すべての動画をコンプリートすると、プレゼントが用意されています。このプログラムには、20以上の他の健保組合も参加され、健保対抗のウォーキングイベントもあります。ぜひ皆さんご参加ください。

面白そうなプログラムが目白押しで、思わず目移りしてしまいます…（笑）。

今日は、長時間にわたって貴重なお話をありがとうございました。締めくくりとして、従業員の皆さんにメッセージをお願いできませんでしょうか？



津田さん

一言で“従業員の健康”といっても、その状態は一人ひとり異なります。全員が自分に合うプログラムを選ぶことができるように、健診データをうまく活用して、幅広くバラエティに富んだサポートを展開していきたいですね。



健康な人にはその健康を維持してもらおう。健康にちょっと課題がある人は、わずかずつでも改善してもらおう。それをサポートするのが私たちネスレ健保の仕事です。

過去の私がそうだったように、本人が自分の健康に関心がなければ、健康の維持、改善はできません。私たちネスレ健保の願いは、従業員の健康についても、健保組合の健全性についても、これを良い状態で継続できるように、皆さん全員に健康への関心と意識を持っていただくことです。

Good Food, Good Life カンパニーの実現に向けて、皆で一緒にがんばっていきましょう。

津田さん、津川さん、長時間にわたり貴重なお話をありがとうございました。

Thank you for your time in participating in this interview.

Tsuda-san, since this is your first appearance on the Intranet as Chairman of the Board of the Nestlé Health Insurance Society, could you offer a message to employees?

Tsuda-san

While this overlaps with the message I communicated as Head of HR&GA, the health of our employees is vital to realization of Nestlé's purpose and our slogan of "Good Food, Good Life." I intend to promote the health of employees with my fullest efforts as Chairman of the Board of the Nestlé Health Insurance Society.

In fact, I understand the importance of Nestlé Health Insurance Society's activities from my own experience.

Five years ago, I received a diagnosis of having lifestyle habit disease from a doctor. While I had been the type of person who did not think much about personal health until then, thanks to subsequent active participation in programs offered by Nestlé Health Insurance Society, my condition improved.

Illness treatment is obviously essential, but preventive efforts are extremely important too. Based on the personal experience just mentioned, I want to provide support to Nestlé Health Insurance Society's new activities in the future.

Tsuda-san, you were able to restore your personal health with support from Nestlé Health Insurance Society. Thank you for sharing this valuable experience. When are you finding time for walking in your always busy days?

Tsuda-san

I walk every morning after breakfast. It previously took me about one hour for my commute, but now I have some leeway. I walk about 10,000 steps a day.

Tsugawa-san

Tsuda-san has been participating in the Walking Project since the start of FY2019! We have a Nestlé Health Insurance Society team, and Tsuda-san currently has the top step count on our team (smile).

He improved in health check-up results through his own efforts in changing exercise and lifestyle habits without taking medication. It's impressive.

Next, let's proceed to the main topic regarding Nestlé Health Insurance Society's activities. The topic of impact by the COVID-19 pandemic is hard to avoid in any area. What type of impact did the pandemic have on Nestlé Health Insurance Society?

Tsuda-san

The COVID-19 pandemic heavily affected everything over the past few years. I think everyone has experienced numerous challenges.

Looking from a different angle, however, hasn't the pandemic served as a positive catalyst to reconfirm the importance of health?

The World Health Organization (WHO) recently announced the following data.

The number of people who died because of the COVID-19 pandemic in 2020-21 might be as high roughly three times the 5.4 million officially reported deaths at 14.9 million people.

What happened in Japan, meanwhile, was a decline of about 20,000 people in the number of anticipated deaths during the same period. In other words, the number of deaths was lower than projected ahead of time.

Why did this occur? The WHO attributes the decline to preventive effect for other diseases besides COVID-19 thanks to hygiene measures reinforced to address the pandemic.

Japanese people tend to be highly aware of health and hygiene and adopted preventive measures, such as social distancing, mask-wearing, and hand sterilization. I think everyone probably recalls the pronounced decline in influenza cases.

Tsugawa-san, hasn't Nestlé Health Insurance Society's medical spending declined in the past few years before and after COVID-19?

Tsugawa-san

Yes, Nestlé Health Insurance Society's insurance benefit costs (medical costs, etc.) have already been trending lower since FY2019. Decline in doctor visits due to the pandemic led to a further drop in FY2020, and Nestlé's insurance benefit costs were low in FY2021 as well.

Compared to FY2018, Nestlé's insurance benefit costs in FY2021 were more than 10% lower. Nestlé is on a positive trajectory considering the fundamentally rising trend in medical costs at Japanese health insurance societies as a whole other than pandemic-related decline in FY2020.

This performance affects the senior contribution paid to the national government and hence is stabilizing our health insurance fiscal base. While it runs contrary to the recent direction in society, Nestlé Health Insurance Society [wants to conduct a detailed review of whether it can lower insurance rates.

Tsuda-san

While the pandemic caused significant hardships, heightened interest in personal health at Nestlé led to a positive result of reduced medical costs.

Looking ahead the post-pandemic era, CEO Mr. Fukatani recently issued a message on the New Normal Working Style. While we want employees to think about the new working style, Nestlé itself and Nestlé Health Insurance Society, which supports everyone's health, are considering various measures.

It might be common to envision physical health when talking about health but mental health is an important component too. Nestlé Health Insurance Society focused on physical health up to now. Going forward, meanwhile, we intend to gradually incorporate psychological aspects into health insurance operations.

Are you familiar with the term "resilience"?

Human beings need resilience to deal with stress. It seems that resilience strengthens by adopting a habit of taking a regular break such as a coffee break once an hour or speaking to someone about general things.

Tsugawa-san

Nestlé Health Insurance Society plans to implement stress-coping skill training that includes resilience in July.

While the pandemic significantly altered the environment and working style at Nestlé, I was surprised to see that many employees are effectively leveraging the changes.

People who received Nestlé Health Insurance Society's "[Health Award](#)" last year spoke about their health secrets. Those with strong health awareness tended to successfully harness changes in the COVID-19 environment and new working styles. For example, some people started jogging during commuting time that was no longer necessary due to working at home.

This ended up helping them maintain their fitness, avoid going to the hospital, and enjoy a lifestyle that does not incur medical costs.

Tsuda-san

However, there are also a lot of people who “are just sitting all the time because of work from home” and “suffer from shoulder stiffness” (lol).

Tsugawa-san

That’s true. It is a home truth... (lol).

I understand how the pandemic affected the Nestlé Health Insurance Association. On a different topic, while Nestlé Health Insurance Society provides regular services to employees, my sense is that not many people feel its presence closely. Could you explain the role and mission of Nestlé Health Insurance Society within the company?

Tsuda-san

Many people might think that Nestlé Health Insurance Society is part of the HR&GA organization. In fact, a health insurance society is an independent public corporation that implements employee medical insurance operations conducted by the national government as an agent based on the Health Insurance Act.

It is a separate organization from the main entity under the jurisdiction of the Ministry of Health, Labour and Welfare. This might be a reason why employees feel some distance from it.

Our mission is conducting activities that protect the health of employees and their families. Nestlé Health Insurance Society is a standalone health insurance society that covers Nestlé employees and dependent families. This enables us to conduct unique activities tailored to their specific needs.

Tsugawa-san

There had already been positive trends that existed within the company. For example, many employees exercise regularly or respond actively after seeing the numbers. With this solid base, we then support employees in their health cultivation efforts through analysis of health check-up

data and implementation of health services with a priority order. This is the strength of Nestlé Health Insurance Society as a standalone health insurance society.

Many employees seem to think that being a standalone health insurance society is normal.

Tsuda-san

Smaller companies generally do not have a standalone health insurance society and participate in a comprehensive health insurance society or the Japan Health Insurance Association. Health insurance societies with fiscal difficulties also join the Japan Health Insurance Association.

Tsugawa-san

Companies cannot form a standalone health insurance society unless they regularly have at least 700 employees. In cases without a standalone health insurance society, it is difficult to provide unique services suited to your own employees' tendencies and insurance premiums are more expensive. There is also no assistance for annual physical exams or extra benefits for high-priced medical expenses.

Nestlé employees receive this type of robust support because this is a standalone health insurance society. It really makes a difference.

I'd like to ask next about unique characteristics of Nestlé Health Insurance Society.

Tsugawa-san, is it correct that Nestlé Health Insurance Society receives a "report card" from the national government each year

Tsugawa-san

I think you're referring to the "[Health Scoring Report](#)" (PDF/JP only). This is a "report card" that presents data on employee health conditions, medical costs, and other items compared to average values for Japan Health Association (roughly 1,400 organizations) and the relevant industry.

The latest FY2021 version of the “Health Scoring Report” utilizes data for FY2018, FY2019, and FY2020. It covers specified medical check-up examinees (aged 40 and above; including dependents). Fortunately, Nestlé Health Insurance Society’s scores have been steadily rising each year since the addition of specialty staff and pick-up in health services in 2018. Let’s look at some points.

Significant improvement in specific health guidance

Our specific health guidance efforts have improved significantly since 2019, and we have been raising the implementation rate each year.

However, we are still slightly lower than the average for standalone health insurance societies because Japan is putting efforts into specific health guidance nationally and many companies are focusing on health management activities.

Health check-up implementation rate scored a 5 in a five-grade evaluation

Our health check-up implementation rate is higher than the average for other health insurance societies with a score of 5 in a five-grade evaluation.

While employees are obviously at 100% and dependent families have a higher medical examination rate than the average at other health insurance societies, the total rate is 87.7% because some people do not get check-ups. We are only slightly under the national goal of 90%.

Scored a 5 in a five-grade evaluation for conditions of individuals with lifestyle disease risk

We achieved further improvement in conditions of individuals with lifestyle disease risk in the latest report and were higher than the average for other health insurance societies with a score of 5 in a five-grade evaluation in all items. Our blood pressure and obesity risk values are particularly good.

Remained a 5 in a five-grade evaluation for lifestyle habits

The percentage of people with appropriate lifestyle habits is better than the average for all health insurance societies in all items in FY2020 thanks to improvement in drinking habits (our exercise habit result is particularly good).

These positive results are possible because of the support that Nestlé Health Insurance Society gives to employees.

Tsugawa-san

It's really the employees who are achieving the results!

We're also pleased that the health conditions of dependents are better than average at Nestlé too. Despite increase in refraining from doctor visits due to the pandemic in FY2020, it is evident that employees and their families maintained robust awareness of their personal health.

Tsuda-san

Nestlé people enjoy the health check-ups (lol).

Tsugawa-san

There is some of that too (lol). Many people always come together as a couple to health check-ups.

I think this is an important point because they are taking time to discuss health matters as a family.

I've seen some cases, though not very often, in which people do not address negative values. This happens because of a lack of understanding of the check-up results. We encourage everyone to discuss their check-up data and health conditions with family members and trusted colleagues and improve their personal health literacy.

Please explain your plans for health service activities in FY2022.

Tsuda-san

Tsugawa-san, did we have about 350 people participating in this spring's Walking Project?

Tsugawa-san

Yes. The number of participants dropped at one point due to pandemic impact. This spring,

however, participants rose by about 60 people and the number of teams increased by 15 versus last fall. Lack of workplace communication has become an issue with the rise in remote work. It appears that employees are utilizing the Walking Project as a workplace communication tool as well.

Nestlé Health Insurance Society has a variety of exercise promotion activities other than the Walking Project too. Last year we started RIZAP online exercise that also allows participation by family members on Saturdays, and it plans to implement it again this fiscal year in August.

We obviously deliver programs to people who have health issues and are increasing events that accept casual participation by people who do not have issues too. It is important to cultivate eating and exercise habits oriented to personal health from when people are in their 20s and 30s. We are steadily broadening activity scope. I hope that everyone participates.

Tsuda-san

One of the reasons I'm able to continue the Walking Project is because of the "numerical visibility." It is difficult to understand health-related values.

Another good example of "numerical visibility" is last year's "Kenko Tsushinbo." I participated in the seminar too.

Tsugawa-san

Thank you. We started providing "Kenko Tsushinbo" to help in understanding personal order by health check-up item with the aim of "improving the visibility of check-up results" after hearing from employees about "difficulty understanding check-up results."

Last year we provided "Kenko Tsushinbo" to about 900 people aged 35 and above and held a related seminar.

In FY2022, we intend to offer an enhanced version of "Kenko Tsushinbo" and hold seminars via an alliance with Sugi Pharmacy. This year's main theme is a kidney special report that aims to prevent chronic kidney disease (CKD), a type of lifestyle disease.

The kidney is an important organ that functions as a "control center for the body." It becomes difficult to maintain health when the control center weakens and cannot issue instructions. This organ also cannot be easily restored after its function weakens. CKD advances without noticeable symptoms. It is a frightening illness because symptoms appear after the organ's

conditions has worsened substantially or reached a terminal state.

Meanwhile, early discovery is simple using health check-up results. This makes it possible to delay progression through lifestyle improvements and suitable treatment and prevent occurrence of other complications.

You can confirm the condition of your kidney by looking at last year's health check-up results.

Tsuda-san

As a new initiative, we recently held a seminar that offers physical and mental support for the new workstyle in a post-pandemic era.

Tsugawa-san

We held the first "[Eye Health Seminar](#)" in an online format on May 26. Since it was well received, we plan to hold a second seminar too.

Furthermore, in addition to the Walking Project that has attracted participation from a wide range of people, we plan to hold the "[Ku, Neru, Aruku + Fusegu](#)" lifestyle improvement event that adds new components this fiscal year for a single month each time in June and October 2022.

The new program aims to raise everyone's health literacy (knowledge related to health). It offers a variety of programs with walking as well as short videos for learning about "how to view diagnosis results," "sleep," "food lifestyle," and "women's health."

Participants receive a present upon completing all of the videos. Over 20 other health insurance associations also participate in this program, and there is a walking event competition among the associations. We welcome everyone's participation.

Thank you for sharing your valuable comments in this extended discussion. To finish, Tsuda-san could you offer a message to employees?

Tsuda-san

We speak about "employee health," but actually the situation differs with each person. We hope to offer a wide range of support that enables everyone to select a program suited to their situation and effectively utilize health check-up data.

We want healthy people to maintain their health and people with some health issues to make improvements even just slightly. Providing support for these efforts is our job at Nestlé Health Insurance Society.

Similar to my case previously, people must be interested in their own health in order to maintain and improve it. Our request at Nestlé Health Insurance Society is that everyone shows interest in and awareness of health in order to continue good conditions in their own health and soundness of the health insurance association.

Let's all work together toward realization of a Good Food, Good Life company.

Tsuda-san and Tsugawa-san, thank you for your valuable comments and time today.