

健康企業宣言の取組みのヒントと報告の仕方(例)

取組分野	質問	アドバイス	取組みのヒント(参考例)	報告の仕方(例)
健診等	① 従業員の皆様は健診を100%受診していますか？	事業主には従業員に健診を受けさせる義務があります。(労働安全衛生法)	①健診の受診対象者リストを作成して進捗管理しましょう。 ②健診の受診方法を対象者全員に周知しましょう。 ③健診実施状況を経営者に通知しましょう。	①事業主が独自に行っている健診分があれば「健診結果のデータの提供」をお願いします。 ②実施率は、当組合で確認しています。
	② 40歳以上の従業員の健診結果を、保健組合へ提供していますか？	個人情報保護法には違反しません。(高齢者医療確保法)	①当組合の契約医療機関で実施された健診は、当該医療機関から当組合に健診結果が報告されますが、それ以外で受診した結果は通知されないため、その結果報告を速やかにご提出をお願いします。 ②健診結果を報告するように社内周知をしましょう。	①事業主が独自に行っている健診分があれば「健診結果のデータの提供」をお願いします。 ②実施率は、当組合で確認しています。
	③ 健診の必要性を従業員へ周知していますか？	健診の目的は、「従業員ご自身の健康を守る為」です。	①事業主から従業員に対して、健診について会社の方針として明文化し周知をしましょう。 ②関連リーフレットの配布やポスターの社内掲示などの周知をしましょう。	従業員に対して行った、健診実施の案内のようなもの(案内文)を添付してください。
健診結果の活用	④ 健診結果が「要医療」など再度検査が必要な人に受診を勧めますか？	健診結果を確認し、医療機関に受診できるように職場で配慮しましょう。	①再検査・要治療の必要な者で、未検査の対象者などに受診勧奨をしましょう。 ②受診状況等についての進捗管理をしましょう。 ③自社の産業医と連携することも効果的です。	健診勧奨の通知、当該通知・連絡メールなどを添付してください。
	⑤ 健診の結果、特定保健指導の該当者は、保健指導を受けていますか？	メタボ予防の為、ぜひ該当者の特定保健指導の実施にご協力ください。	直営千代田健診センター並びに東振協契約医療機関での受診者で保健指導に該当した方は、生活改善を促す特定保健指導制度があります。 この実施の制度周知と参加勧奨をお願いします。	①従業員に対して行った、保健指導の案内のようなもの(案内文)を添付してください。 ②実施率は、当組合で確認しています。
健康づくりのための職場環境	⑥ 職場の健康づくりの担当者を決めていますか？	保健衛生の最新情報の収集や外部との連絡窓口として、取組みを促進できます。	①健診の受診管理や健康推進のために、職場単位の健康管理担当者を設置しましょう。 ②健康管理委員を置くことも有効とされます。	安全衛生委員会、健康づくり会議(仮称)などの議事録等の資料を添付してください。
	⑦ 従業員が健康づくりを話し合える場はありますか？	ミーティング等で「私の健康法」や、健診で病気を早期発見した方の体験談などを話し合しましょう。	①職場単位で健康づくりに関する会議を開催しましょう。 ②既設の安全衛生委員会などの場で話合うことも効果的です。	安全衛生委員会、健康づくり会議(仮称)などの議事録等の資料を添付してください。
	⑧ 健康測定機器等を設置していますか？	体温計や血圧計、体重計等を設置し、異常の早期発見につなげましょう。	職場の休憩室などの共用部分に、血圧計、体脂肪計、体重計などを設置し、継続管理することで健康意識の高まりが期待できます。	健康測定機器等を設置したことを従業員に通知した文書などを添付してください。
	⑨ 職場の健康課題を考えたり問題の整理を行っていますか？	このチェックシートや健診結果から課題を見つけ解決策を検討しましょう。	①健診受診状況、喫煙率、時間外労働の状況など、健康に関わる事項を幅広く検討しましょう。 ②「健康企業宣言」の取組みについての健康課題を幅広く検討しましょう。 ③従業員の健康増進を推進することを通知しましょう。	安全衛生委員会、健康づくり会議(仮称)などの議事録等、健康づくり計画書(仮称)などの会議資料等を添付してください。
⑩ 健康づくりの目標・計画を立て、実践していますか？	健康課題を整理した後は、目標を立て、出来る事から解決していきましょう。	④安全衛生委員会などや職場単位の健康づくり会議(仮称)で継続して共有しましょう。 ⑤社内健康づくりのインセンティブ(報奨制度)導入も有効とされます。	○取組みの継続性を判断するに当たり、継続(6ヶ月以上)して取り組んでいることがわかるものが条件になります。	

取組分野	質問	アドバイス	取組みのヒント（参考例）	報告の仕方（例）
職場の「食」	⑪ 従業員の仕事上の飲み物に気をつけていますか？	カロリー表示に気を付け、自動販売機はミネラルウォーターやお茶を中心に。	① 社内の自販機の飲み物を、お茶やミネラルウォーターに入れ替えることをお勧めします。 ② 関連パンフレットの配布・ポスターを社内に掲示しましょう。	
	⑫ 日頃の食生活に乱れがないか声かけをしていますか？	従業員のご家族にも食生活や飲酒の正しい知識を持って頂きましょう。	① 社内食堂のメニューにヘルシーメニューを追加することをお勧めします。 ② 従業員のヘルシー弁当の推進をお勧めします。 ③ 関連パンフレットの配布・ポスターの社内掲示も有効と思われます。	
職場の「運動」	⑬ 始業前などに体操やストレッチを取り入れていますか？	体操は脳の血流を改善し作業効率を高め事故を防ぎます。	始業前などに簡単な体操・ストレッチを実践することも有効です。	
	⑭ 階段の活用など歩数を増やす工夫をしていますか？	特にデスクワークが中心の職場では効果的です。	① 職場単位で開催する健康づくりに関する会議のテーマの一つにすることも有効と思われます。 ② 関連パンフレットの配布・ポスターの社内掲示などで階段利用を奨励しましょう。	
職場の「禁煙」	⑮ 従業員にたばこの害について周知活動をしていますか？	エビデンスに基づく知識を持つことで、禁煙につながることができます。	① 職場単位で開催する健康づくりに関する会議のテーマの一つにすることも有効です。 ② 関連パンフレットの配布・ポスターの社内掲示などで、たばこの害を周知してください。	安全衛生委員会、健康づくり会議（仮称）などの議事録等、健康づくり計画書（仮称）ポスター掲示の写真などを添付してください。 ○取組みの継続性を判断するに当たり、継続（6ヶ月以上）して取組んでいることがわかるものが条件になります。
	⑯ 受動喫煙防止策を講じていますか？	受動喫煙防止は法律で定められています。（健康増進法、労働安全衛生法）	建物の禁煙、分煙や、禁煙タイムの設定など方針を明確にして周知しましょう。	
「心の健康」	⑰ 管理職などが、毎日、従業員に声かけを行っていますか？	まずは笑顔の挨拶から。お互いに声を掛け合い、相手の話を聞きましょう。	① 朝礼などで、健康の保持・増進についてを話題にしましょう。 ② 社内などでメンタルヘルスセミナーなどの開催も有効と思われます。 ③ 関連パンフレットの配布・ポスターの社内掲示なども有効です。	
	⑱ 気になることを相談できる職場の雰囲気を作っていますか？	上司と部下、同僚がお互い話のできる環境をつくり、研修等を行いましょう。	① 職場内でメンタルヘルスの相談窓口を設置しましょう。 ② 当健保のメンタルヘルスカウンセリング（電話相談）の周知をお願いします。	

※健康企業宣言参加事業所様には、当組合の専門職（保健師・管理栄養士）による、出張健康講習会を開催しています。取組項目⑪～⑫の加点の対象となりますので、ぜひご利用ください。