

参考資料

令和2年9月15日第2回評議会

生活習慣病予防健診の GIS活用による個人勧奨

料金
後納

ゆうメール




外枠全体に花柄
のイラスト
背景もデザイン
(スッキリした
感じのもの)

35歳
からお得

令和2年度

生活習慣病予防健診のご案内

受けない手はない！
生活習慣病予防健診 **3**つのメリット

- 
健診費用がお得に
 35歳以上の方を対象に費用の約6割を補助
 18,865円の健診が7,169円(最高)に
- 
がん検診もセットで充実
 胃・肺・大腸のがん検診も含んでいます
- 
定期健康診断として利用可能
 年に1度の定期健康診断に利用できます

35歳男性
加入者の
イラスト

35歳女性
加入者の
イラスト



全国健康保険協会 京都支部 ☎075-256-8635

協会けんぽ

受付時間/平日 8:30 ~ 17:15

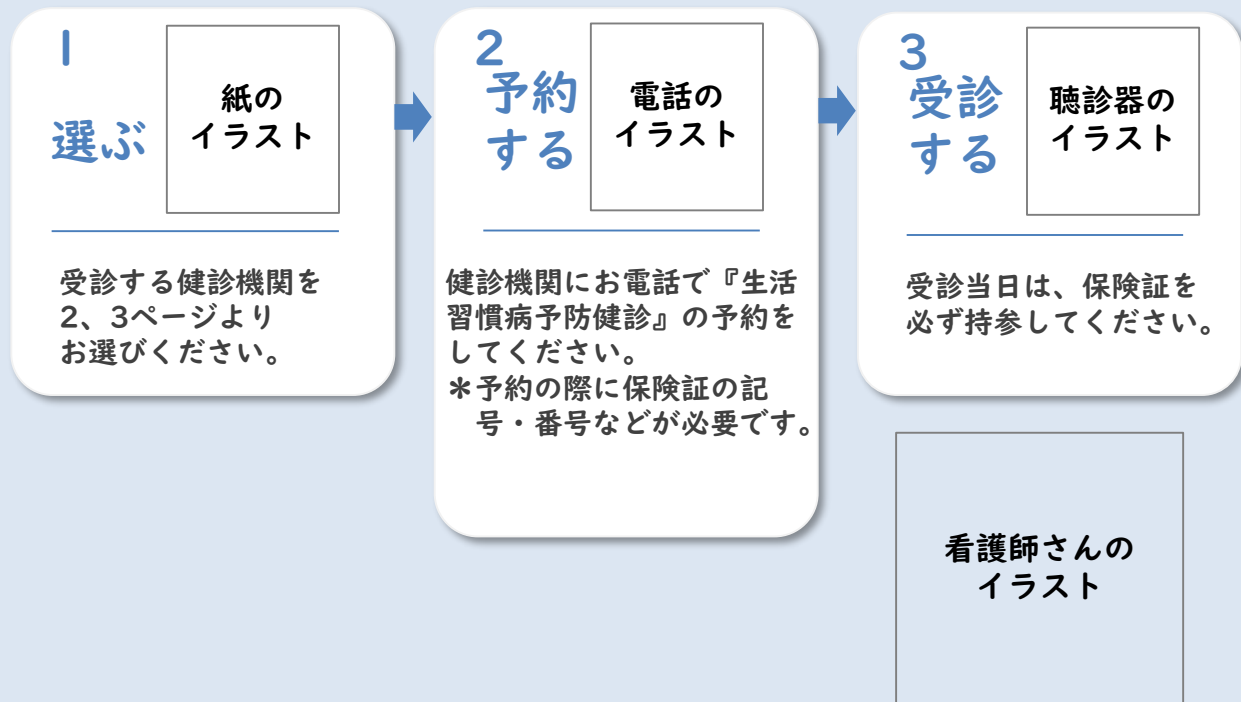
〒604-8508 京都市中京区烏丸通六角下ル七観音町634 カラスマプラザ21 1階

京都支部
生活HP
のQR
コード

予約枠には限りがあります。ご予約はお早めに！

申込方法は4ページへ

……▶ 申込方法は？



……▶ どんな検査が受けられる？

■ 一般健診

- 診察等 ● 問診 ● 身体計測
- 血圧測定 ● 尿検査
- 血液検査 ● 心電図検査
- 胃部レントゲン検査
- 胸部レントゲン検査
- 便潜血反応検査
- 眼底検査（医師の判断により実施）

自己負担額

7,169円（最高）

受診対象

35歳以上

！ 注意事項

- 年度内（4月～翌年3月）に1回に限り、協会けんぽが健診費用を補助します。勤務先で健康診断を受診される場合は今回補助が利用できない可能性がありますので、事前に勤務先にご相談ください。
- 今年度すでに予約済、受診済、または協会けんぽの資格を喪失されている場合は行き違いですのでご容赦ください。

受診される皆様へ—新型コロナウイルス感染症について—

- 当日は検温・マスク着用・受付時間の厳守をお願いします。
- 当日発熱がなくても、息苦しさや倦怠感などの症状がある場合は受診をお控えください。

特定健診(集団健診)と 市町村がん検診との同時実施



宛名印字

ゆうメール

京都市在住者限定

無料 /

特定健診+がんセット検診 (最大5項目) 同時実施会場のご案内

協会けんぽの 特定健診 (無料) と、京都市の がんセット検診 (最大5項目) が 下記会場で同時に受診できます。この機会にぜひご利用ください！！

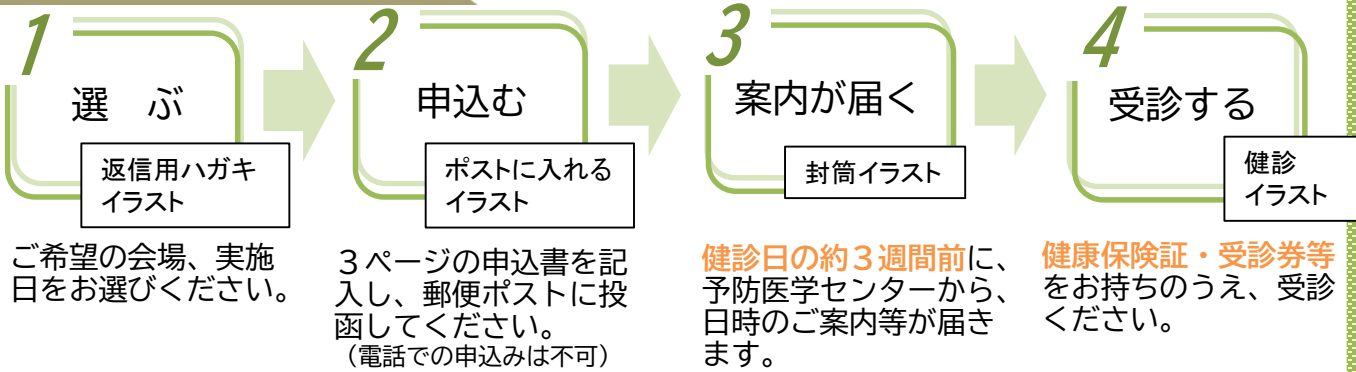
| 会場 | 日程 | 申込期限 | 定員数 |
|----------------------------------|------------------|-----------|---------------------------------------|
| 京都予防医学センター：施設内 (中京区西ノ京左馬寮町28) | 1月～2月 | 11月30日(月) | 500名 |
| | 3月 | 1月31日(日) | |
| 京都テルサ：検診車 (南区東九条下殿田町70) | 11月11日(水) | 8月31日(月) | 各日200名 検診着をきて いる男女の イラスト |
| | 12月5日(土) | 10月15日(木) | |
| 京都エミナス：検診車 (西京区大原野東境谷町2-4) | 10月20日(火) 21日(水) | 8月31日(月) | |
| | 12月22日(火) | 10月15日(木) | |
| パルスプラザ：検診車 (伏見区竹田鳥羽殿町5) | 11月30日(月) | 8月31日(月) | |
| | 12月14日(月) 15日(火) | 10月15日(木) | |
| 西陣織会館：検診車 (上京区堀川通今出川下ル西側) | 2月24日(水) 25日(木) | 11月30日(月) | |

※今後の新型コロナウイルス感染症の流行状況によっては、健診を中止する場合があります。

| 検診名 | 対象 | 受診間隔 | 検査内容 | 料金 (免除制度あり) |
|---------------------|-----------------|------------------------|--|------------------------------|
| 協会けんぽ 特定健診 | 40歳以上 75歳未満 | 年度に1回 (R2.4月～R3.3月) | 診察・問診・身体計測・血圧測定・血糖検査・血中脂質検査(中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール)・肝機能検査(GOT・GPT・γ-GTP)・尿検査(尿糖・尿蛋白) | 無料 |
| 追加オプション | | | 血液検査(貧血・糖尿・痛風・腎臓・膵臓) | |
| 京都市がんセット検診 肺がん検診 | 40歳以上の 市民 | 1年に1回 | 胸部エックス線検査 喀痰検査(問診の結果、必要な方のみ) | 無料 (喀痰検査は別途1,000円) |
| 大腸がん検診 | 40歳以上の 市民 | 1年に1回 | 便潜血検査(2日分の検便) | 300円 |
| 胃がん検診 | 50歳以上の 市民 | 2年に1回 | 胃部エックス線(バリウム)検査 | 1,000円 |
| 子宮頸がん検診 | 40歳以上の 女性の市民 | 2年に1回 | 子宮頸部細胞診 ※子宮体部の検査は実施していません。 | 1,000円 |
| 乳がん検診 | 40歳以上の 女性の市民 | 2年に1回 | マンモグラフィ検査 ※視触診は実施していません。 | 1,300円 |

返信用ハガキでカンタンに申込み！ 詳しくは次のページをチェック！

受診までの流れ



京都市がんセット検診の注意点

- ・京都市に住民登録されている方が対象です。
- ・2項目以上からのお申込みとなります。
- ・対象年齢は受診する年の12月31日時点で判定します。
- ・2年に1回の検診は、各年、偶数の年齢の方が対象です。ただし、奇数の年齢の方でも前年(偶数の年齢の年)に受診していない場合は受診できます。
- ・一定の要件を満たした方には、受診料金の免除制度があります。

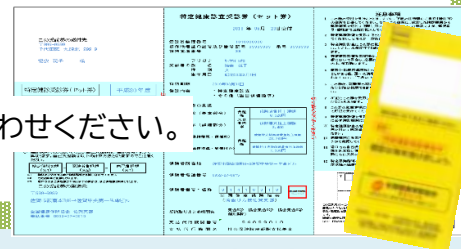
受診券について

特定健診を受診するためには、協会けんぽの発行した受診券が必要です。

・受診日に協会けんぽの被扶養者の資格がない方、既に今年度受診券を使用して健診を受診された方は、このたびの特定健診は受診できません。

・受診券は4月以降に、**黄色の封筒**にてお送りしています。

受診券が届いていない等、お手元にない場合は協会けんぽにお問い合わせください。



お問合せ

特定健診・がんセット検診同時実施の日程・会場等について

京都予防医学センター
特定健診係

☎ 075-811-9135

がんセット検診の内容について

京都いつでもコール

☎ 075-661-3755

特定健診の内容及び受診券の発行について

全国健康保険協会(協会けんぽ)
京都支部 保健グループ

☎ 075-256-8635

返信用ハガキ

キリトリ線で切り離してポストに投函してください。
封筒で送る必要はありません。

ハガキ切り取り→個人情報保護
シールを貼付→ポストへ投函の流れをイ
ラスト付で説明

特定健診・京都市がんセット健診 申込書

個人情報保護シール貼付け位置

| | | | | | |
|--------------|-----|---|---|--------------|--------|
| フリガナ | | | | | |
| 氏名 | | | | | |
| 生年月日 | S | 年 | 月 | 日 | 性別 男・女 |
| 連絡先 | | | | | |
| 住所 | 〒 - | | | | |
| 健康保険証 の記号 | | | | 健康保険証 の番号 | |
| 受診券 整理番号 | | | | | |

日中連絡のつきやすい電話番号をご記入
ください。

申込みの際に必要な「整理番号」はコチラ！

2項目以上からのお申込みとなります。
1ページの検査項目を確認のうえご記入
ください。

複数希望される場合は、申込期限が一番早
い日に合わせてお申込ください。
※ご希望日に沿えず、別日のご案内とな
る場合もあります。

必須

受診するものに☑してください(2項目以上)

| | | | |
|--|-----------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> 特定 健診 | <input type="checkbox"/> 肺 | <input type="checkbox"/> 大腸 | <input type="checkbox"/> 胃 |
| | <input type="checkbox"/> 子宮 | <input type="checkbox"/> 乳 | |

会 場

ご希望の日程に☑してください
【複数希望可】
※ご希望日に沿えず、別日のご案内
となる場合もあります。

申込期限

| | | |
|--------------------------------------|--|-----------|
| 京都予防医学センター： 施設内 (中京区西ノ京左馬寮町28) | <input type="checkbox"/> 1月 <input type="checkbox"/> 2月 | 11月30日(月) |
| | <input type="checkbox"/> 3月 | 1月31日(日) |
| 京都テルサ：検診車 (南区東九条下殿田町70) | <input type="checkbox"/> 11月11日(水) | 8月31日(月) |
| | <input type="checkbox"/> 12月5日(土) | 10月15日(木) |
| 京都エミナス：検診車 (西京区大原野東境谷町2-4) | <input type="checkbox"/> 10月20日(火) <input type="checkbox"/> 21日(水) | 8月31日(月) |
| | <input type="checkbox"/> 12月22日(火) | 10月15日(木) |
| パルスプラザ：検診車 (伏見区竹田鳥羽殿町5) | <input type="checkbox"/> 11月30日(月) | 8月31日(月) |
| | <input type="checkbox"/> 12月14日(月) <input type="checkbox"/> 15日(火) | 10月15日(木) |
| 西陣織会館：検診車 (上京区堀川通今出川下ル西側) | <input type="checkbox"/> 2月24日(水) <input type="checkbox"/> 25日(木) | 11月30日(月) |

《がん検診のみ受診・すでに申込み済の場合》

京都市がんセット検診のみ受診希望の方は
京都いつでもコール(075-661-3755)へ
お問い合わせください。

すでに今年度がんセット検診をお申込み済の方で
特定健診の追加を希望される場合
京都予防医学センター(075-811-9135)へ
お問い合わせください。

がんは、日本人の死因の第1位の病気です。
しかし、がんは早期発見すれば90%以上が治ります。
あなたとあなたの大切な人のために、受けましょう！

キリトリ

604-8790

料金受取人払郵便

中京局
承認

差出有効期間
2021年3月31日まで

京都市中京区西ノ京左馬寮町28

(一財)京都予防医学センター
特定健診係 行

キリトリ

個人情報保護シール

裏面の申込ハガキの個人情報欄に貼付してください！

健診を受けたあとは…
特定保健指導を受けましょう！

健診結果に基づいて、生活習慣病の発症リスクがあると判定された方には、生活習慣改善に向けた**特定保健指導(健康相談)**を実施しています。健診当日にご利用いただける健診機関もありますので、利用案内があった際には、ぜひご利用ください。

関係団体と連携した 健康づくり事業の推進

京

きょう

から取り組む

健康事業所 宣言



私たちも応援しています

- ・京都府商工会議所連合会
- ・京都府商工会連合会
- ・京都府中小企業団体中央会

「健康経営®」とは

社員の健康を重要な経営資源と捉え、積極的に社員の健康づくりに取り組むことで会社の生産性向上を目指す経営手法のことです。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です

「健康事業所宣言」をして 健康経営に取り組みましょう

生産性の
向上

- モチベーションの向上
- 欠勤率の低下
- 業務効率の向上

- コミュニケーションの活性化
- 社内の雰囲気改善

社員の
活力向上

企業価値の
向上

- 企業イメージの向上
- 社員採用時のアピール
- 社会的信用の向上

- 休業による労働損失の軽減
- 長期的には健康保険料負担の軽減

負担軽減



全国健康保険協会 京都支部
協会けんぽ

かんたん
3ステップ

健康事業所宣言 取り組みの流れ

STEP1 「健康事業所宣言エントリーシート」の提出

健康づくりの目標・取り組み内容を記入し、協会けんぽ京都支部にFAXでご提出ください。
協会けんぽ京都支部から宣言証を交付します。 ※ご提出いただいてから2週間程度で発送いたします。

STEP2 宣言証の掲示

宣言証を社内外の目立つところやホームページに掲示して、従業員の健康づくりに取り組むことを宣言します。また、社員や社外の皆さまにご紹介をお願いします。

STEP3 健康づくりメニューへの取り組み

健康事業所宣言取り組み項目一覧の必須項目・オリジナル項目にもとづいて実践しましょう！

健康事業所宣言をステップアップ！

「健康経営優良法人認定制度」

健康経営優良法人認定制度とは、健康事業所宣言を行った法人から、特に優良な健康経営を実践している中小企業等を、経済産業省が制度設計した基準に基づき、日本健康会議が認定します。(原則1年に1回)

《健康経営優良法人認定2019》

協会けんぽ京都支部加入事業所 **51社**
(大規模法人5社 中小規模法人46社)

健康経営優良法人認定を受けると
ロゴマークをPRに活用できます



《健康経営優良法人認定2020》

協会けんぽ京都支部加入事業所 **95社**
(大規模法人9社 中小規模法人86社)

詳細は経済産業省ホームページをご覧ください

健康経営優良法人 検索

きょうと健康づくり実践企業認証制度

京都府では、職員のがん検診受診率向上や健康づくり活動に取り組む企業を認証し、その取り組みを公表しています。詳細は、京都府のホームページをご覧ください。

きょうと健康 検索

ご提出・お問い合わせ先

〒604-8508 京都市中京区烏丸通六角下七観音町634 カラスマプラザ21
全国健康保険協会(協会けんぽ) 京都支部 企画総務グループ
TEL:075-256-8636 FAX:075-256-8670

受付時間/8:30～17:15(土日・祝日・年末年始を除く)

健康事業所宣言取り組み項目一覧表

必須項目

- 1 法令に従い、健診を100%受診します
- 2 健診結果が再検査・要治療者だった社員には医療機関の受診を促し、重症化予防に努めます

オリジナル項目

次の項目の中から、貴社で取り組む内容を[※]2項目以上選び、□にチェックし別紙の健康事業所宣言エントリーシートに取り組み項目の番号を記入してください。

※宣言カテゴリごとではなく、取り組み項目(全体)で2項目以上、お選びください。

| 宣言カテゴリ | 取り組み項目 |
|-----------|--|
| 職場環境の整備 | <input type="checkbox"/> ① 体重計や血圧計を設置し、定期的に体重や血圧の測定を行う <input type="checkbox"/> ② 自動販売機の商品に特定保健用食品(トクホ)の飲料等を導入する <input type="checkbox"/> ③ 食堂や仕出し弁当にヘルシーメニューを取り入れる <input type="checkbox"/> ④ 協会けんぽの血圧計等測定器のレンタルを利用する <input type="checkbox"/> ⑤ 協会けんぽの「健康講座」を利用する <input type="checkbox"/> ⑥ 協会けんぽ等が実施する健康経営セミナーに参加し社内に周知する <input type="checkbox"/> ⑦ 40歳以上の従業員の健診結果を提供する(生活習慣病予防健診を受診している場合を除く) <input type="checkbox"/> ⑧ 特定保健指導を実施するための場所・時間の確保を行う <input type="checkbox"/> ⑨ 協会けんぽのメールマガジンを登録し、健康啓発や情報共有を行う <input type="checkbox"/> ⑩ 自治体が実施する健康づくり事業等に参加する(健康ポイント事業等) <input type="checkbox"/> ⑪ その他() |
| 運動の推進 | <input type="checkbox"/> ⑫ ラジオ体操やストレッチの時間を設ける <input type="checkbox"/> ⑬ ワーキングイベントなどに参加する <input type="checkbox"/> ⑭ 階段利用強化週間・月間等を設定する <input type="checkbox"/> ⑮ 社員が歩数計を常に携帯する <input type="checkbox"/> ⑯ 社内イベントを実施する(スポーツ大会など) <input type="checkbox"/> ⑰ 徒歩や自転車通勤を推奨する <input type="checkbox"/> ⑱ 社内のクラブ・サークル活動を促進する <input type="checkbox"/> ⑲ その他() |
| 喫煙対策 | <input type="checkbox"/> ⑲ 喫煙場所を限定し、分煙を行う <input type="checkbox"/> ⑲ 社内で禁煙日(禁煙時間)を設定する <input type="checkbox"/> ⑲ 就業時間内は禁煙にする <input type="checkbox"/> ⑲ 敷地内を禁煙とする <input type="checkbox"/> ⑲ 喫煙者に禁煙外来への相談等を勧める <input type="checkbox"/> ⑲ その他() |
| メンタルヘルス対策 | <input type="checkbox"/> ⑲ ストレスチェックの実施(従業員50名以上 H27.12より義務化) <input type="checkbox"/> ⑲ あいさつ運動を行う <input type="checkbox"/> ⑲ 定期のノー残業デーを設定し定時退社を徹底する <input type="checkbox"/> ⑲ メンタルヘルス対策のためのセミナーを開催(受講)する <input type="checkbox"/> ⑲ 社員が参加できるレクリエーションを企画する <input type="checkbox"/> ⑲ 計画的な有給休暇の取得を行う <input type="checkbox"/> ⑲ その他() |
| 家族の健診 | <input type="checkbox"/> ⑲ パンフレット等の回覧や朝礼等の機会を通して、家族の健診を呼びかける <input type="checkbox"/> ⑲ 家族の健診受診ポスターを事業所内に掲示する <input type="checkbox"/> ⑲ その他() |
| 感染症予防 | <input type="checkbox"/> ⑲ インフルエンザ等の予防接種の費用を(一部)負担する <input type="checkbox"/> ⑲ 感染症予防等の対策講座を受講する <input type="checkbox"/> ⑲ アルコール除菌液の設置や、マスクを配布する <input type="checkbox"/> ⑲ その他() |

健康事業所宣言の特典

1 宣言証を交付いたします



2 事業所健康度診断書をお届けします(年1回)

健康づくりの課題発見に役立ちます。

※被保険者様が50名以上の事業所様に提供可能です。



3 「健康おてがるパック」を進呈いたします

(健康づくりや健康経営に関する小冊子・ポスター等の詰め合わせセット)

4 協会けんぽ京都支部のホームページで社名を公表いたします

社員の健康づくりに取り組む企業としてイメージの向上に！

※公表しないことも可能です。

5 健康測定機器(血圧計等)を無料でレンタルいたします

※先着順となります。

6 健康講座を無料で受講していただけます

メンタルヘルスからエクササイズ等のテーマが選べる出張講座です！
専門の講師が職場へ訪問いたします。

7 京都信用金庫の金利優遇サービス

京都信用金庫において、健康宣言事業所を対象とした金利優遇サービスを受けていただけます。

※ご利用いただける方の地域に制限があります。

商品及び利用条件等の詳細は京都信用金庫までお問合せください。

協会けんぽの取り組みを活用して、健康経営を進めましょう

健康診断

35歳から74歳までの被保険者(ご本人)、40歳から74歳までの被扶養者(ご家族)が対象です。協会けんぽの健診は、健診費用の補助、健診後のフォローが充実している等、お得がいっぱいです！

健康サポート

健康サポート(特定保健指導)とは、保健師・管理栄養士とともに健診結果を基に日頃の生活習慣を振り返り、生活習慣病のリスクを下げ、健康レベルの向上を目指す支援を無料で実施しています！

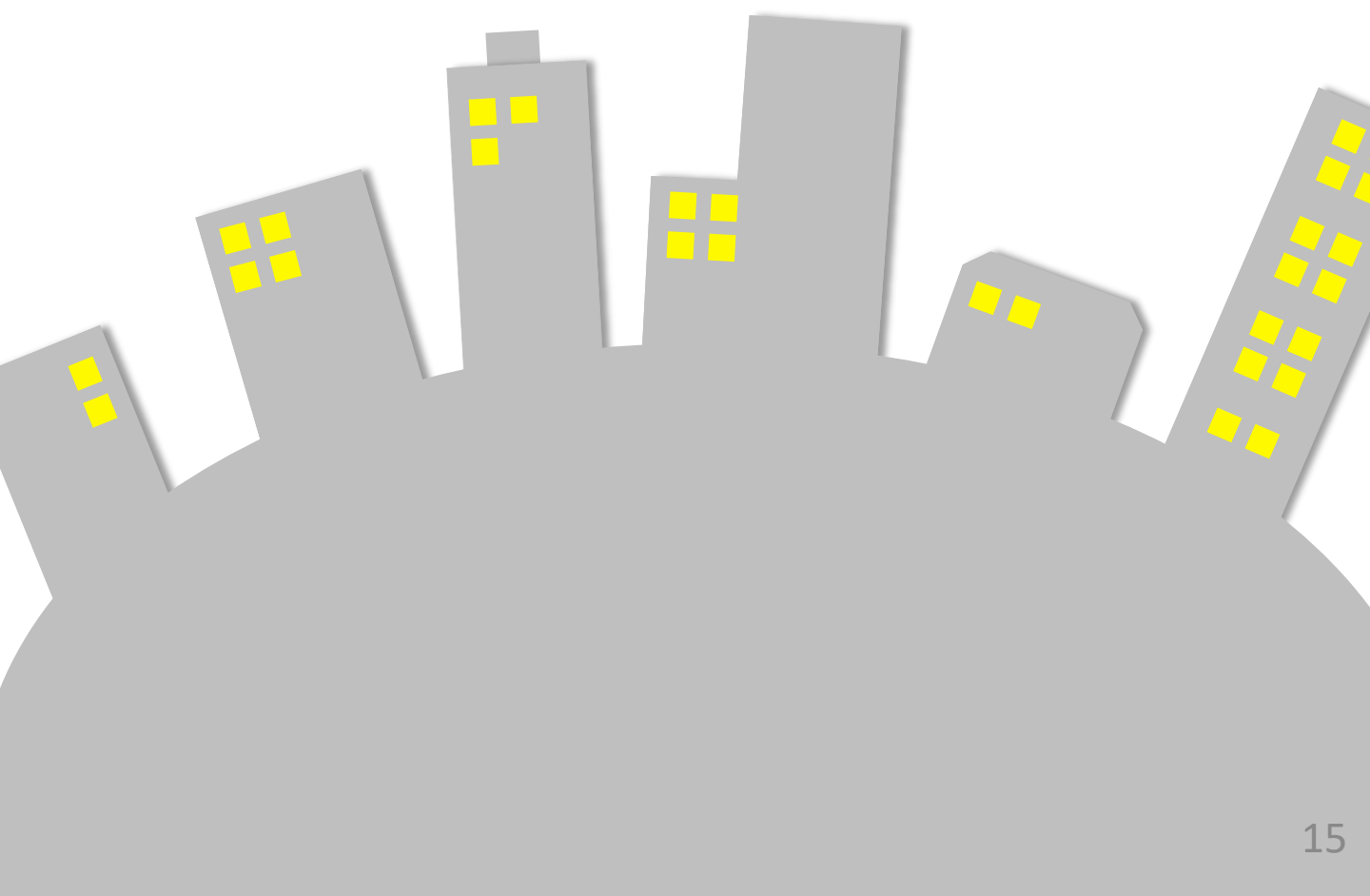


京から取り組む 健康事業所宣言

健康づくり 事例集

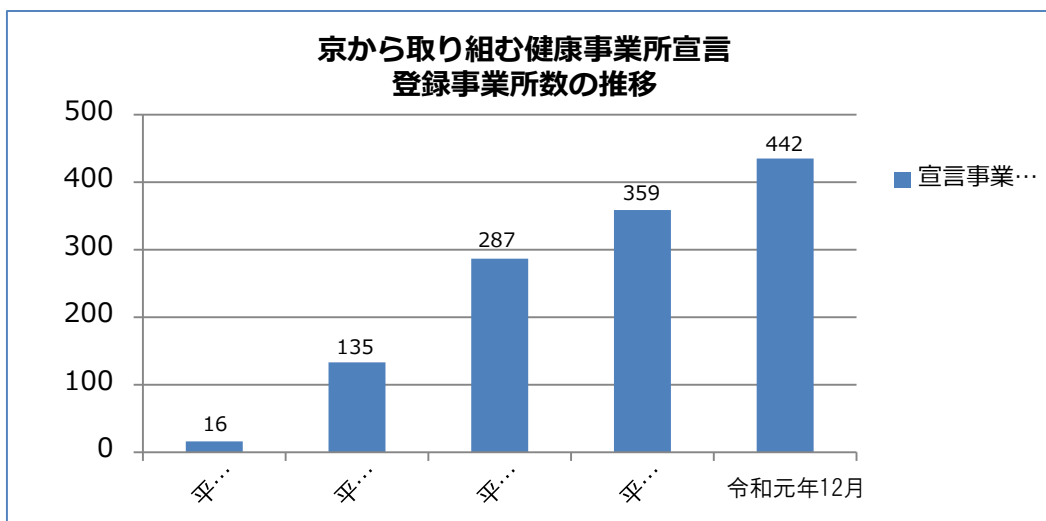


全国健康保険協会 京都支部
協会けんぽ



京から取り組む健康事業所宣言について

協会けんぽ京都支部においては、平成28年9月より「京から取り組む健康事業所宣言」のエントリーを開始し、令和元年12月末現在で**442**社の事業所様にご登録いただいております。

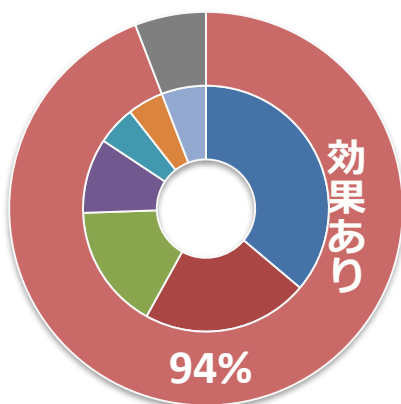


エントリー事業所様の声

H31.3アンケート結果より

Q. 健康宣言に取り組んでから、感じられた効果はありますか？

A.



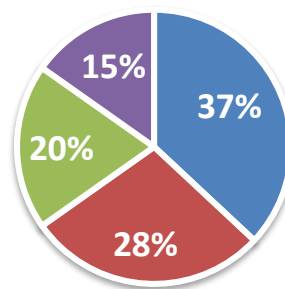
- 従業員の健康増進や生産性の向上
- 従業員のコミュニケーション活性化
- 企業イメージの向上
- 社外から反応があった
- 人材採用に好影響
- その他
- 特になし

94% の事業所様が健康宣言の効果を実感！多くの従業員の健康意識にも変化がありました！

Q. 健康宣言に取り組まれたことをホームページの掲載や宣言証の掲示により、社内外へ発信したことで何か反応はありましたか？

A.

- 取引先への好影響
- お客様からの好反応
- 人材採用に好影響
- その他
 - ・取引業者様から反応があった
 - ・外部から取材を受けた
 - ・商工会議所の会報に取り上げられた



2019年度の主な取組み

事業所健康度診断書

過去の健診結果等から作成する**オリジナルの「事業所健康度診断書」**をお送りいたしました。

医療費の状況や「健康リスク保有率」について、京都府平均・同業種平均と比較することにより、**自社の現状を把握した上で、健康づくりに取り組んでいただけます。**



※被保険者数50名以上の事業所様にご提供可能です。

測定器無料レンタル

「骨健康度測定器等」を無料でレンタルしております。

ご利用いただいた事業所様からはコミュニケーションのきっかけとなった等、ご好評の声をいただいております。



健康経営セミナー

令和元年10月17日（木）に京都信用金庫本店にて「**食・運動から考える健康経営セミナー**」を開催し、55名の方にご参加いただきました。

「食」「運動」をはじめとした従業員様の健康づくりに欠かせない内容をテーマに、積極的に学んでいただきました。



《株式会社AIVICK矢津田様の講演》



《参加者全員の意見交換会》

ヘルス博Kyoto

令和元年11月22日（金）に京都経済センターにて「**ヘルス博Kyoto**」を開催し、650名の方にご参加いただきました。

ヘルスケア事業者による最新の健康機器の紹介や健康経営に取り組む事業者様の事例発表等、健康について考えるイベントとなりました。



《協会けんぽ京都支部のブース》



《会場全体の様子》

NISSHA 株式会社



事業内容：半導体・電子部品・印刷関連

代表者：鈴木 順也

従業員数：826名（連結5,826名）

所在地：京都市中京区壬生花井町3

取組事例

ストレスチェックを活用したメンタルヘルス一次予防

取組ポイント

ストレスチェックをしっかりとフィードバックします

ストレスチェックの職場分析結果をライン長（管理職）へ返却するため、職場分析結果フィードバック研修会（ラインケア研修）を実施しています。

- 2016年の法制化に先駆け2012年よりストレスチェックを実施しており、高ストレス者へは産業医面談や事業所内保健スタッフによる全員面談にて個別ケアを実施しています。また、事業所としても臨床心理士による教育研修も毎年実施しており、各種既定の策定、不調者への個別対応（休復職支援）など、二次三次予防は定着してきています。
- 二次三次予防に加え、メンタル不調の未然防止（一次予防）にも注力するため、2018年よりフィードバック研修会（ラインケア研修会）を実施しています。ストレスチェックの職場分析結果をライン長（管理職）へ提示し、分析結果の見方、所属における強みや課題、職場ケアへのヒントを知ることができました。

事業所より一言

教育研修の継続は職場のメンタルヘルスの正しい理解と対応の周知に役立ちました。ストレスチェックの早期導入は個人のストレスへの気づきに、保健スタッフによる個別面談は不調悪化の未然防止に繋がっています。

職場分析結果については結果をライン長に返却する際、見方を説明することで、正しい理解ができました。研修では強みや課題、効果的な取組をざっくばらんに話し合うことができ、その結果、高リスクである所属が負担を感じることなく、課題に向き合い、好事例の水平展開やライン長間の友好を深めることにも繋がりました。

一般財団法人 京都工場保健会



事業内容：医療業

代表者：河原 耕嗣

従業員数：614名

所在地：京都市中京区西ノ京北壺井町 6 7

取組事例

イキイキ職場づくり～最高のパフォーマンスを発揮するには～

取組ポイント

職場のあり方について職員全員で共有します

組織開発の手法である A I を導入。全員参加型で理想とする職場のあり方などを職員全員で共有し、構築する職場環境改善に取り組んでいます。

■ ストレスチェック後の取り組みとして管理職を中心に職場ケア研修を実施し、職場環境改善に取り組んできたが、職員をうまく巻きこむことができず、頓挫してしまう状況でした。

■ A I を導入し、良い職場を作りあげていくにはどうすればよいか、管理職中心（トップダウン）ではなく職員中心（ボトムアップ）で自由闊達（ポジティブ）な意見を言い合うことで、みんなでやっていく（自主的に取り組む）という雰囲気になってきています。

※ A I（アプリシエイティブ・インクワイアリー）とは、問いや探究（インクワイアリー）により、個人の価値や強み、組織全体の真価を発見し認め（アプリシエイティブ）それらの価値の可能性を最大限に活かした、最も効果的で能力を高く発揮する仕組みを生み出すプロセスのこと。

事業所より一言

「あいさつをする」「決められた事を守る」「納得をした上での業務ができる環境づくり」「フラット・フラックな人間関係の構築」などのテーマで取り組んで、職場のコミュニケーションが活発になり、風通しのよい職場につながっています。

株式会社 カシフジ

事業内容：金属加工機械製造業

代表者：櫻藤 達郎

従業員数：221名

所在地：京都市南区上烏羽鴨田28



取組事例

健診受診の徹底および受診後のフォローアップ

ヘルシー休暇の設定

取組
ポイント

健康管理をはじめとした働きやすい職場づくり

社員の健康意識向上と自らの健康保持・増進の定着化及び病気の治療と仕事の両立支援

- 年2回の健康診断および有所見者への完全フォローアップを実施するほか、40歳以上の生活習慣病予防健診、5才毎の人間ドック等の各種健診の充実により、健康意識向上の風土を醸成してきました。
- 健康管理・療養職場復帰のための休暇を設定（年次有給休暇の繰り越し分を有給のヘルシー休暇として持越しでき、最大110日まで取得可能）しており、本人の病気に留まらず、親族の介護や看護が必要になった時にも利用でき、最大保有の場合は半年程度まで有給で休暇を取ることを可能としています。

事業所より一言

健康診断項目の充実要望が高く、希望者へのオプション検査受診を企画・支援したところ、年々受診者が増加してきており、健康意識の向上が促進されてきています。

病気による休職者が長期療養を伴いましたが、ヘルシー休暇の活用により経済的負担が解消され、その家族からは感謝の意が伝えられています。

今後は若年者の精神疾患と介護疲れによる欠勤・休職の増加が懸念されるため、精神科領域の産業医との連携が重要であると考えています。

株式会社 パックス・サワダ



事業内容：紙器段ボール製造業

代表者：澤田 守成

従業員数：46名

所在地：京都市南区吉祥院八反田町7-1

取組事例

年2回健康診断受診の徹底

取組
ポイント

健康診断の受診を促し、100%実施します

健康診断の受診率が100%となるよう、積極的に声掛けをしています。総務部長の呼びかけにより婦人科検診についても毎年実施しています。

■健診の取り組みは昭和の頃より前からしっかり実施しています。会長が54歳で胃がんになったこともあり、若い人にも必ず健診を受けてもらう風土が育ってきました。（現在会長91歳）

■労災二次健診の対象となった社員がおり、自身の健康に危機感を覚えて、自ら改善に取り組み、現在も継続しています。お菓子が大好きだったが断っており、その成果もあって体重減少はめざましく、2回目の健診では数値が大きく改善しました。

健診を受ける体制を整えており、社員にとって受けることが当たり前になっていることで、自己管理にも繋がっています。

事業所より一言

わが社には労働組合がないため、交渉委員というものを設けております。交渉委員を通して、福利厚生充実を上部に訴えることを可能としており、直近では、交渉委員を通じて全社員が健診のAコースを受診できるように体制を整えました。また、インフルエンザ予防接種費用の会社半額補助制度も発足しました。社員の健康を守るための取り組みが増えたことは、大きなメリットであると考えています。

三共精機 株式会社

事業内容：機械工具販売

代表者：石川 武

従業員数：71名

所在地：京都市南区吉祥院九条町49



取組事例

時間外勤務削減に向けた工夫

取組ポイント

業務効率化に向けた環境整備とチームワーク体制の強化

内勤の従業員と外勤の従業員の業務連携を深めることにより、社内全体の時間外勤務削減を実現

■外勤者が屋外でも必要な処理が素早くできるようにモバイルパソコンや携帯電話の付与など、働く環境の整備を行いました。その結果、今まで帰社後に行っていた業務が、外勤中の隙間時間に対応が可能となり、業務時間の削減となりました。また、電話やメールで行っていた社内連絡にwebアプリを使用するなど、さらなる効率化を目指しています。

■営業全体の業務を整理し、必要な人員を増員して分担することで、外勤者と内勤者が連携できる体制を整えました。その結果、外勤者の時間外勤務を削減できただけでなく、顧客の課題解決に専念することができるようになり、顧客への企画提案力の向上に繋がっています。

事業所より一言

弊社では、働き方改革が提唱される前から、時間外勤務の削減に取り組んできました。時間外勤務の削減にあたっては、強制的に削減するのはなく、社員のモチベーションにつながるような給与制度に変更する等、工夫を凝らしています。このように社員の健康面と企業経営面の双方にメリットが生まれるような取組を続けていきたいと考えています。

税理士法人 京都経営

事業内容：コンサルタント・専門コンサルタント

代表者：大江 孝明

従業員数：30名

所在地：京都市伏見区西大手町307 エイトビル5F



取組事例

職場内レクリエーションの実施

取組
ポイント

コミュニケーションを図るための組織づくり

マンネリ化せず小さなお子さまも楽しめるような企画を立案します

■従業員そして従業員の家族がコミュニケーションを図れ、楽しめるような企画を！という代表者の思いのもと、年に2回レクリエーションを企画しています。春には大阪で水上バスによる観光ツアー、秋には様々なアクティビティで楽しめるネスタリゾート神戸でのグランピングを実施しました。

■従業員の家族にもイベントに参加してもらうことで、職場の雰囲気を知ってもらえるので、家族の方が安心して職場に送り出すことができます。

事業所より一言

多くの人（従業員の家族を含む）が参加できるようなイベントとなるよう工夫することで、それぞれ9割程度参加しています。普段よりコミュニケーションが取れ、会社では見れない顔が見ることもできるので、皆楽しめています。このような取組みがあっただけで、社内でストレスチェックをすると参加メンバー中の8割の人がほとんどストレスなしでした。ストレスを感じてからでは遅いので、今後もこのようなコミュニケーションを図る機会を設けることで、従業員の満足度を高めていきたいと思っております。

株式会社 Fujitaka

事業内容：店舗施工事業・店舗関連機器販売事業

代表者：高井 茂行

従業員数：243名

所在地：京都市下京区東塩小路町606

三旺京都駅前ビル7階



取組事例

健康づくり担当者の配置による 職員へのアプローチ

取組 ポイント

健康づくり担当者主導の健康経営

健康経営のより良い流れを作るために、トップダウンではなく健康づくり担当者が社員に対して積極的な声掛けをしています。

■ 会社全額負担のインフルエンザ予防接種を実施しており、実施率は80%を超えています。実施率を高めるため①経営管理部の職員が積極的に呼びかける②会議室を利用した集団予防接種とする③事業所と診療所が契約し、まとめて支払をする（従業員が支払う必要がない）といった工夫をしています。業務の合間に実施でき、待ち時間もなく非常に好評であるため、毎年実施したいと考えています。

■ 健診の結果、要治療である社員については、職員から呼びかけることが難しいため、診療所の産業医に依頼しており、労働安全委員会に諮ることで後追いをしています。保健指導については、該当者が負のイメージ（不健康・危機感）を持たないように、受けることによってどうなるかという正のイメージを持てるように、経営管理部の職員から声掛けをしています。

事業所より一言

職員を取りまとめる立場にある人（健診・保健指導・ストレスチェック等に携わる人）が健康に対する高い意識や知識を持つことにより、情報発信や相談窓口になることが可能となり、健康経営の実践に近づくと感じています。

辛いことやしんどいことは長続きしないので、たとえば脳トレを組み込んだ運動など、楽しく実践できるメニューや成果・喜びを感じられるメニューが必要であると考えています。

有限会社 長岡美装社

事業内容：廃棄物収集運搬業

代表者：今井 孝一

従業員数：23名

所在地：長岡京市長岡1丁目 34-25



取組事例

健康自慢報奨制度の導入による 社員の健康意識向上

取組 ポイント

健康管理の努力をした社員を称えます

生活習慣病予防健診の受診を徹底します。また、健診結果優良者に対して報奨金（図書券等）を付与します。

■生活習慣病予防のため、全従業員に生活習慣病予防健診の受診を義務付け、特定保健指導も該当者全員実施しています。平成29年12月より、従業員の健康意識向上と健康増進に向けた取り組みとして、健康自慢報奨制度を設けました。内容としては、健診結果が良好である（異常所見のない）従業員に対して、自己管理の努力を満たしたとみなし、奨励する（図書券を報奨金として支給する）ものです。

■法定の健診だけでなく肝炎健診、脳ドック、インフルエンザ予防接種等の助成制度を設けており、従業員が健康に勤務できるよう努めています。肝炎健診については、業務の性質上、注射事故等が起こりうることから、全従業員に受診を義務付けています。

事業所より一言

わが社は廃棄物収集運搬業を営み、職業的に健康に対する意識高揚を図り、職場環境の向上と健康経営を目指した実践活動に取り組んでいます。今後もその実効性を高めるため、従業員の健康管理に配慮し、健診受診の徹底をはじめ、継続して取り組んでいきたいと考えています。

健康事業所宣言を次のステップへ - 事業所の付加価値が高まります -

健康経営優良法人認定制度

～ 経済産業省・日本健康会議 ～

《健康経営優良法人認定2018》

京都支部加入事業所 **20社**
(大規模法人4社 中小規模法人16社)

↓ **31社増！！**

《健康経営優良法人認定2019》

京都支部加入事業所 **51社**
(大規模法人5社 中小規模法人 46社)

きょうと健康づくり

実践企業認証制度 ～ 京都府 ～

《平成29年度》

協会加入事業所 **49社**
うち宣言事業所 23社

↓ **6社増！！**

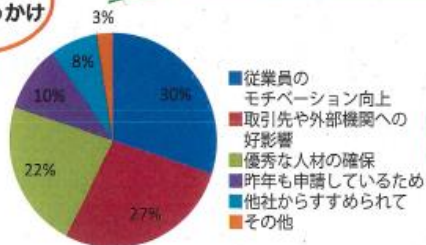
《平成30年度》

協会加入事業所 **55社**
うち宣言事業所 **29社**

認定企業の
メリット

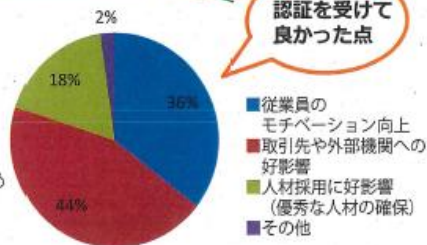
- ▶ 経済産業省・京都府のホームページで認証企業を公表しているため、広く対外的にアピールできる
- ▶ 自社のホームページや製品、名刺に掲載
- ▶ 求人広告に取得を掲載することで優秀な人材の確保
- ▶ 企業イメージの向上や取引先への好影響
- ▶ 取り組みが優れている企業を表彰（京都府）

認証制度への
申請のきっかけ



実際に顕彰を受けた事業所様の声

認証を受けて
良かった点



お問い合わせ先



全国健康保険協会 京都支部

協会けんぽ

〒604-8508 京都市中京区烏丸通六角下七観音町634 カラスマプラザ21 1F

TEL : 075-256-8630 (企画総務グループ) / FAX : 075-256-8670

協会けんぽ 京都

検索

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>