

とちぎ健康経営宣言事業所に対する  
認定基準チェックシート及び取組状況チェックシート  
集計結果(令和6年度)

# I チェックシート概要

## 1. 概要・目的

令和2年度より、栃木支部では栃木県及び健康保険組合連合会栃木連合会との三者で、従業員の健康づくりに積極的に取り組む事業所に対する「とちぎ健康経営事業所認定制度」を開始している。今回は令和6年度認定基準チェックシートの回答結果および令和4～5年度にすでに認定を受けている事業所へ送付した取組状況チェックシートの回答結果を集計した。

両チェックシートの集計は、栃木支部が事業所の取組状況や課題等を分析・把握し、今後の健康経営のフォローアップ事業等に活用することを目的として実施している。

加えて、事業所においても、チェックシートに回答することで、前年度の取組状況を事業所自らが評価し、自社の健康課題を確認することで、PDCAサイクルを回すことも目的としている。

## 2. 対象

とちぎ健康経営宣言事業所 1,567社  
(令和6年5月下旬までにとちぎ健康経営宣言証を交付した事業所)

## 3. 発送

令和6年3月下旬～5月下旬

## 4. 回答期限

取組状況チェックシート: 令和6年4月30日(月)  
認定基準チェックシート: 令和6年6月7日(金)

## 5. 回答数

631件(回収率40.3%) ※参考: 令和5年度 509件(回収率36.7%)

# I チェックシート概要

---

## 6. 昨年度からの主な変更点

- ・項番18に「産業保健総合支援センター等の活用」に関する内容を追加
- ・項番19から「適正飲酒」に関する内容を削除(情報発信に関する内容と統合)
- ・項番21から「新型コロナウイルス感染症」に関する内容を削除  
(新型コロナ感染防止対策取組宣言や新型コロナ対策パーソナルサポート等に関するもの)
- ・項番24と項番25に「対象者がいない場合も該当する」旨を追加

## Ⅱ チェックシート結果

### 1. 回答結果

#### <設問別の実施率>

☆マークは必須項目

項番	設問	R6実施率 (n=631)
1	とちぎ健康経営宣言の実施と社内外への発信	☆ 99.0%
2	事業主・経営責任者自身における毎年の健診受診	☆ 99.2%
3	健康管理に関する担当者の設置	☆ 98.9%
4	健康長寿とちぎづくり推進県民会議の会員登録	☆ 93.0%
5	従業員の健康保持・増進や過重労働防止等に関する目標や計画の設定	☆ 92.7%
6	定期健診受診率100%	95.9%
7	定期健診結果の把握・確認や再検査・要精密検査・その他検診の受診勧奨の実施	94.9%
8	事業場におけるストレスチェックの実施	28.5%
9	管理職や従業員に対する健康管理に関する教育の実施	86.5%
10	従業員の仕事と家庭の両立に向けた環境づくり	90.0%
11	従業員同士のコミュニケーション向上に寄与する行事の実施	69.7%
12	従業員の病気治療と仕事両立にむけた取組の実施	72.7%

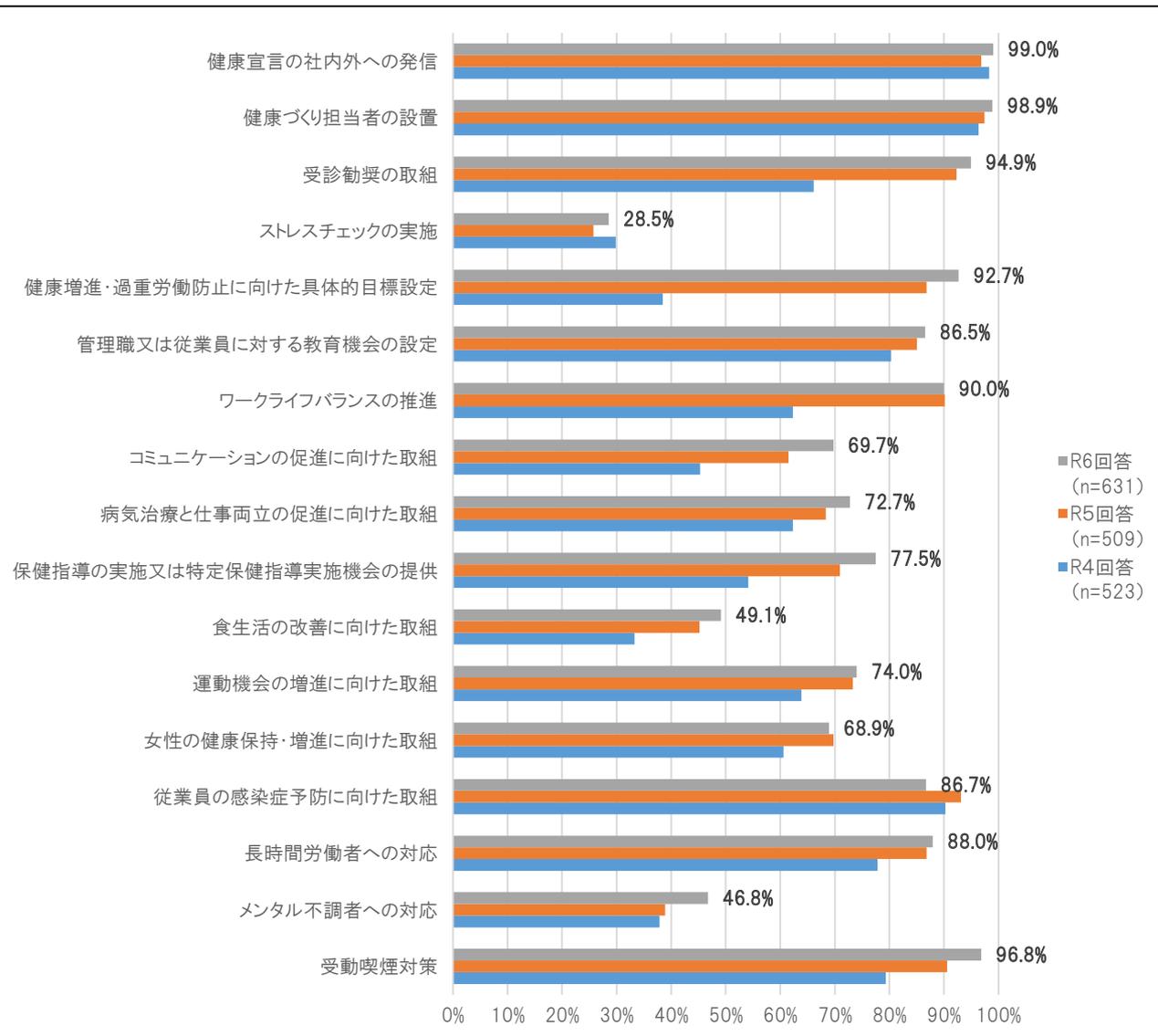
項番	設問	R6実施率 (n=631)
13	保健指導の実施や従業員の保健指導を受ける機会の提供	77.5%
14	食生活改善を促す取組の実施	49.1%
15	運動機会を増加させる取組の実施	74.0%
16	女性の健康保持・増進に向けた職場環境の整備	68.9%
17	超過勤務時間の把握と対策の設定・実行	88.0%
18	メンタルヘルス対策や不調者への労働支援体制の整備	46.8%
19	従業員が健康づくりに取り組める体制づくり	94.0%
20	健康長寿とちぎづくり推進県民会議の重点プロジェクト参加	44.2%
21	従業員の感染症予防の取組の実施	86.7%
22	禁煙に向けた支援の実施	62.4%
23	敷地内または建物内の全面禁煙	☆ 96.8%
24	生活習慣病予防健診の受診または健診結果の提供	94.8%
25	協会けんぽ栃木支部の特定保健指導の利用かつ実施率の把握	78.1%
26	被扶養者に対する協会けんぽ栃木支部の特定健康診査の勧奨	66.7%
27	事業所カルテ等の活用による取組の効果・健康課題の変化等を把握	90.0%
28	健康経営に取り組んだ効果の把握	☆ 99.5%
29	健康経営の取組の評価と改善策の検討	☆ 95.1%

- 令和5年度の回答結果と比較して、全体的に実施割合が増加している傾向にある。
- 一方で、必須ではない項目の中には、実施率がやや低い項目も存在している。

## Ⅱ チェックシート結果

### 1. 回答結果

#### (1) 主な取組状況



#### ■ 前年度からの比較・事業所の状況

- 「受動喫煙対策」に取り組んでいる事業所は、前年度より6.3%増加し、96.8%と高い状況。しかし、後述(P6)のとおり、多くの事業所が課題としている。
- 前年度と比較して、「従業員の感染症予防に向けた取組」が6.4%減少し、「コミュニケーションの促進に向けた取組」が8.2%増加しているが、これは新型コロナウイルス感染症が5類になった影響と思われる。
- 「保健指導の実施又は特定保健指導実施機会の提供」は、前年度より6.6%増加しており、事業所における健診受診後の従業員へのフォローアップに関する意識が向上してきていると思われる。
- 一方で、「食生活の改善に向けた取組」「メンタル不調者への対応」については、取り組んでいる事業所が増加傾向にあるものの、割合は50%以下となっており、依然として低い状況にある。

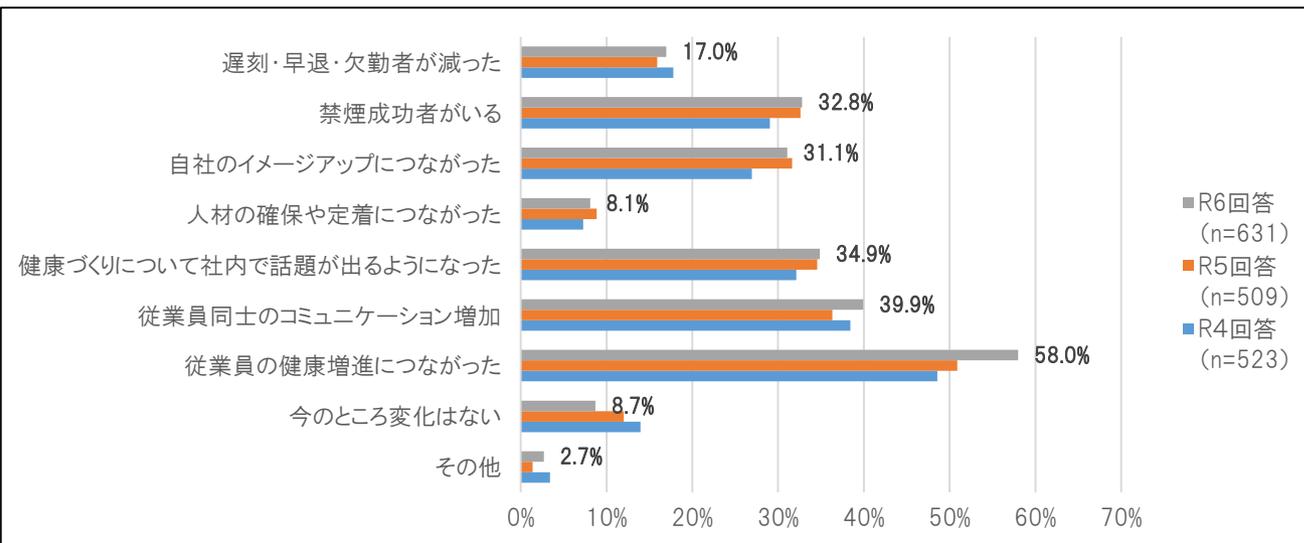


#### ■ 今後の対応等

- ① 自社の健康課題の把握をしてもらうために事業所カルテや、チェックシートの回答に対するフィードバックシートを提供。
- ② 特に取り組んでいる事業所の割合が低い「食生活の改善に向けた取組」や「メンタル不調者への対応」については、健康セミナーや季節の健康情報冊子などでテーマとして取り上げることで、引き続きフォローアップを行う。  
また、メンタルヘルス対策の1つとして活用してもらうことを目的に、栃木県産業保健総合支援センターで実施しているセミナー等の案内を全宣言事業所へ対して提供。

## Ⅱ チェックシート結果

### (2) とちぎ健康経営宣言後の社内の変化



#### ■ 前年度からの比較・事業所の状況

- 半数以上の事業所が「従業員の健康増進につながった」と回答している。（前年度より7.1%増加）
- 「従業員同士のコミュニケーション増加」と回答した事業所の割合は、前年度より3.6%増加しており、「今のところ変化はない」と回答した事業所の割合は前年度より3.3%減少している。健康経営を継続することで、事業所における健康経営に関する取組の具体的なメリットを実感してもらえるような好影響が出ていると考えられる。
- 一方で、実施数が増加しているという背景はあるが、「人材の確保や定着につながった」と回答した事業所の割合が低い(8.1%)点や、「今のところ変化はない」と回答している事業所が一定数(8.7%)いる点は、課題として残る。

### <その他の社内の変化> ※原文そのまま掲載。

- 経営者の意識が変わった
- メンタルヘルスの結果が良くなった
- 禁煙チャレンジ中の従業員が増えた
- フィットネスジム・ヨガに通う社員が増えた
- 健康経営優良法人2024の認定を受けた
- 従業員自身の健康に対する意識向上に繋がった
- SHEMホワイト企業ランキングで常にトップ10入りしている
- シスター(ブラザー)制度により新入社員が精神的に安定した状態で業務に取り組んでいる
- 健診結果により、食事及び運動により体重40キロの減、血液検査数値などの改善者がいる
- 健康増進につながっているかどうかの結果が判断しにくい、飲料はお茶にするという従業員が増えた



#### ■ 今後の対応等

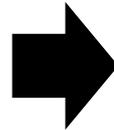
- ① 事業所における健康づくりの更なる向上につながるような情報提供やツールを検討する。
- ② 国や県の認定、各種フォローアップ等も絡めつつ、健康経営に取り組むことのメリットを訴えかけられるように広報を強化。
- ③ 回答割合が前年度より減少している項目については、減少した理由を分析し、改善につながるような取組の提供を検討。

## Ⅱ チェックシート結果

### (3) 健康経営に関する事業所の課題(回答数:594事業所) ※自由回答

#### ■課題のテーマ及び内容(再掲含む)

① 生活習慣改善・健康づくりに関するもの	85事業所
② 喫煙に関するもの	96事業所
③ 運動不足改善に関するもの	37事業所
④ 健診(検診)・早期受診・保健指導に関するもの	292事業所
⑤ 労働環境改善(メンタルヘルス含む)に関するもの	90事業所
⑥ 感染症予防に関するもの	10事業所



#### ■今後の対応等

- ① <季節の健康情報冊子>や<健康セミナー>、<定例広報>などでテーマとして盛り込み、事業所における取り組みの参考にしよう。
- ② 例年、喫煙に関する課題を掲げる事業所が多く、スコアリングレポートからも男女ともに「喫煙習慣がある者の割合」が、全国平均を上回っており、順位も低くなっている(2023年男性36位/女性36位)ことから、喫煙者の減少等につなげられるような事業所への積極的なフォローアップを検討する必要がある。

## 2. 課題のテーマと取組内容

7ページ目以降はチェックシートの項番5「従業員の健康保持・増進や過重労働防止等に関する課題のテーマや課題に対する取組内容」を一部抜粋(原文そのまま)したものです。

様々な課題や取組内容を一部抜粋のうえ、掲載しておりますので、事業所内における取組みの参考にさせていただき、課題解決へご活用ください。

## Ⅱ チェックシート結果

＜課題の内容＞ ※一部抜粋・原文そのまま掲載。

(1)	メタボリック症候群対象者率の減少
(2)	再検査・要精密検査の受診率向上
(3)	定期健診後、保健指導の対象者を”ゼロ”へ。
(4)	社内でストレッチや体操の実施
(5)	特定保健指導の受診率向上
(6)	喫煙する本数を減らす。(一日の) 一日15本以下！！
(7)	ロコモティブシンドローム進行予防
(8)	禁煙達成100%を目標に！
(9)	定期的な受診による早期発見、早期治療
(10)	感染症の予防接種の推奨
(11)	要経過観察者の生活習慣改善の相談・指導(生活習慣病の高リスク者の把握・改善)
(12)	禁煙と減酒
(13)	適切な食塩摂取量を目指す
(14)	週に2日、定時消灯・定時退社日を設定し実施
(15)	従業員の喫煙率低下
(16)	肥満度率を下げる
(17)	禁煙成功者を1名以上出す
(18)	健康を意識して食事をしよう(食べ物・飲み物についての意識を高めて健康維持に努める)
(19)	労働時間の適正化・ワークバランス・生活時間の確保
(20)	口腔内の健康のため、歯科検診の受診率向上をめざす(歯周病の予防)
(21)	脂質リスク該当者の比率低減(一無・二少・三多で生活習慣病を防ぐ)
(22)	女性の婦人科健診
(23)	血圧リスク保有率の低下(血圧130↑/85↑に該当する者)(食事習慣・運動習慣の改善、メンタルヘルス対策)
(24)	健康維持運動のメニューの構築 社内併設トレーニング設備の利用促進
(25)	従業員の禁煙や受動喫煙に対する意識向上
(26)	従業員の生産性低下防止・事故発生予防・肩こり・腰痛等筋骨格系の症状や、睡眠不足の改善

## Ⅱ チェックシート結果

(27)	従業員の感染症予防
(28)	リフレッシュ休暇の取得100%
(29)	社員全員が癌検診を受診する。
(30)	全社員の定期健康診断有所見者に対する再検査推奨
(31)	従業員のフィットネス・ジム入会の推進
(32)	歯科医への定期受診率向上
(33)	健康維持の三要素(食事・睡眠・運動)の向上
(34)	高脂血症や高血圧者改善
(35)	従業員間のコミュニケーションの促進
(36)	健康保持を目標とし、定期検診に加え、人間ドッグ・歯科受診を促す。
(37)	残業時間削減、有給休暇取得日数向上
(38)	毎朝 ラジオ体操の実施
(39)	社員の血圧を135以下にする(生活習慣病などの疾病の高リスク者に対する重症化予防)
(40)	メンタルヘルス不調等のストレス関連疾患の発生予防・早期発見・対応(職場環境の改善等)
(41)	食事習慣の改善
(42)	次年度健康診断で所見ゼロを目指す
(43)	高血圧の予防(健康診断で指摘を受けている者は重症化予防)
(44)	仕事と家庭の両立に向けた環境づくり
(45)	本人及び家族の健康面での維持管理
(46)	健康診断時のオプション追加と要再検査の受診率向上
(47)	休肝日の設定(週一日以上)
(48)	社屋内・社用車内での完全禁煙
(49)	ストレスチェックの総合健康リスク(全社平均)の低下改善
(50)	胃カメラ検査の促し。
(51)	階段の積極利用や近距離の徒歩運動など日常的な運動の推進
(52)	歯と口の健康づくり
(53)	従業員の生産性低下防止・事故発生予防(肩こり、腰痛等筋骨格系の症状や、睡眠不足の改善)

## Ⅱ チェックシート結果

＜取組の内容＞ ※一部抜粋・原文そのまま掲載。

(1)	月の超過勤務時間に5時間以内という独自目標を設け、超過勤務している従業員を確認した場合には売場責任者や管理職が積極的に早期退社を呼びかける。
(2)	健康づくりをみんなで楽しむ前向きな職場を目指し、イベントなど計画して社内コミュニケーションを活性化させる。
(3)	運動不足、ヒザの痛みに悩む社員が多く、社員で話し合った結果、社内にエアロバイクを設置し、運動不足を解消。
(4)	仕事中は禁煙していても、私生活でヘビースモーカーが多いためまずは1日の本数を減らす。
(5)	社員が利用できる血圧計を設置し毎日測定する
(6)	年2回口コモチェック実施 社内導入「ベネワン」健康ポータルにて一人ひとりの健康習慣改善の提案
(7)	禁煙に対する情報発信や建物内全面禁煙などの施策により禁煙成功者が出てきているが、引き続き非喫煙者比率の向上を目指す。
(8)	禁煙に関する情報提供及び禁煙外来受診者への費用補助の検討
(9)	5類に移行したあとの感染対策(アルコール消毒、マスク配布、検温器の設置、予防接種の日程調整、推奨等)継続的取組
(10)	食事、栄養について月1回は指導
(11)	感染症の予防対策・感染重症化予防・感染拡大の予防のため予防接種希望者の費用の補助
(12)	消毒液・体温計に加えて血圧計を設置し、健康状態の把握や意識向上を呼び掛けている
(13)	喫煙率が60%と高いので生産性向上のため33%以下にする
(14)	毎週金曜日は定時に帰り、体を休めるよう推奨している。
(15)	日光市健康課による塩分量の判定で黄色判定を増やす
(16)	工期逼迫や施主希望によりやむを得ず休日出勤を事前申告制し、申告時に振替休日の設定を必須とする。
(17)	社員13名のうち46%にあたる6人が肥満の為此の人数を減らす
(18)	こまめに給水、休憩を取れるよう環境を整え、熱中症罹患者0を目指す。
(19)	健康づくりを目的とした情報提供や研修の機会を増やして意識を高める
(20)	毎月1回、食事に関する情報提供を行う。
(21)	野菜接種・減塩・バランス等の勉強会を月例実施
(22)	ケガ、事故防止のため、業務前のストレッチ体操、ラジオ体操の実施
(23)	事業所カルテによると、脂質リスク該当者の比率が平均レベルより高い
(24)	社内ジムを活用及び利用の推進をし、個々の健康意識を高める。
(25)	生活習慣病及び予備軍が多い(外食が多い)ため年2回管理栄養士の栄養セミナーを実施する
(26)	過重労働防止対策として有給休暇の取得を促し、従業員に十分な休息をとらせることで健全な生産性の向上を図る。

## Ⅱ チェックシート結果

(27)	一時的に禁煙成功しても数年後に喫煙者に戻らない為に少なくとも1年間につき1名の禁煙成功者を目指す。
(28)	社員を3グループに分け、事務所や倉庫を15分間整えることにより作業効率を上げ、かつ衛生的な環境を目指す。
(29)	始業前のラジオ体操とあわせて、熱中症予防をかねた水分補給を行うよう声かけをする
(30)	2023年度に実施した「健康習慣アンケート」により、健康を意識した食べ方をしている社員が3割程度しか存在しないことが判明した。
(31)	会社費用により社員全員にインフルエンザワクチンの接種／35歳以上の希望者には会社費用により腫瘍マーカー(5項目)の受診
(32)	喫煙による生活習慣病等のリスクを下げる為、禁煙外来等の補助金を出し促す。
(33)	BMIが基準値を超えているスタッフを3人以下にする。
(34)	コミュニケーションツール(社内アプリ)の利用促進し、卒煙支援を行う
(35)	フィットネスクラブ利用の推奨と費用補助(前年より継続して計画)
(36)	喫煙外来の受診費用を補助する。禁煙チャレンジ制度があるが、利用者が増えない。
(37)	出面での自己申告なのでスマートフォンでの電子打刻を導入し見える化を計る。
(38)	一日の中で社員同士で体操や身体を動かす時間を作り、コミュニケーションを通して心身の健康を向上させる
(39)	去年より高血圧の社員は減ったが、引き続き呼び掛ける。ダイエットに興味を持つ社員が増えたため健康な減量方法を提供する。
(40)	再検査が必要な方へのこまめな声掛け。肉体労働のため過重労働にならないよう常に注意。
(41)	現場に出る技能士について、内外とも健診日、所見等かわかる一覧を作成
(42)	長時間の重機の運転、車の運転、重い物を持つたりと、重労働を行う従業員に対して、定期的なストレッチを行います。
(43)	残業を減らすノー残業デーを作る。有給取得推進、健康についての会話増。
(44)	過重労働防止に向けた取組として、週の最終営業日をノー残業デーとし、四半期ごと1回以上達成する。