

協会けんぽとはじめる「健康経営®」 ～健康づくり推進宣言～

令和6年度健康経営セミナー
令和7年2月

本日お話する内容

- ① 「健康経営[®]」とその必要性
- ② 「健康づくり推進宣言」について

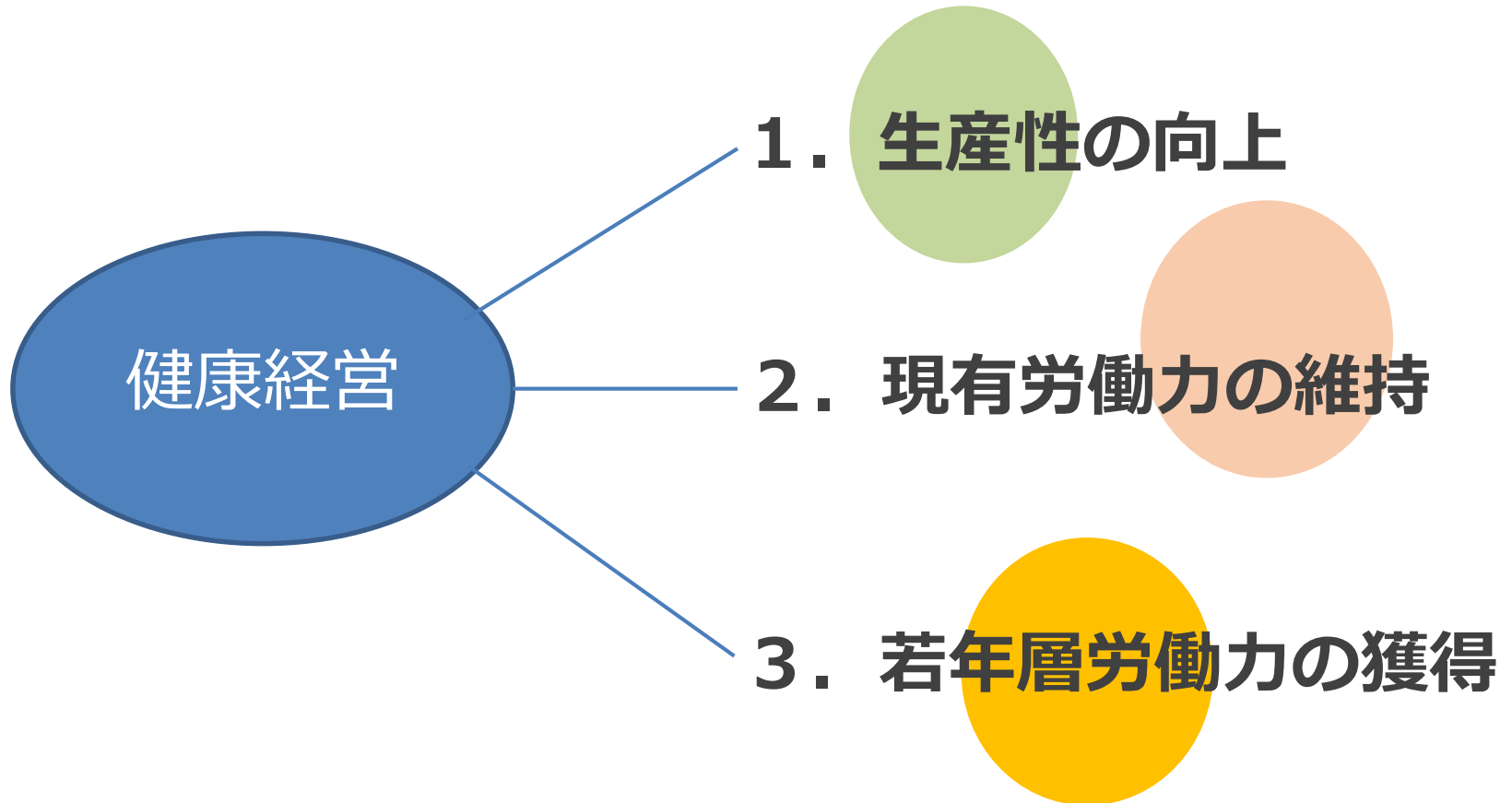
本日お話する内容

- ① 「健康経営[®]」とその必要性
- ② 「健康づくり推進宣言」について

健康経営とは？

従業員の健康を「経営資源」と捉え、健康づくりに積極的に投資することで企業の持続的な成長を目指す経営スタイルを指す。

※「健康経営®」は特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。



健康経営の目指すところ

▼従業員の健康状態悪化による問題

モチベーションの低下
疾病による労働力の喪失



生産性の低下

▼人口減少社会の到来

- ・ 現有労働力の高齢化（健康リスクの増大）
- ・ 若手労働力の獲得が困難となる

課題

従業員の健康づくりを積極的にサポートすることが重要

★ 健康経営に取り組むことが、企業にとってもメリットになります。

生産性向上

従業員が健康になり、業務パフォーマンスが向上します。

現有労働力の維持

若い時から健康づくりに取り組むことで、高齢になったときの健康リスクを軽減できます。

若手労働力の獲得

会社が従業員の働き方や健康に配慮していることが、若年層の就職先選びで重要なポイントになります。

解決

健康問題とリスク

アブセンティーズム

⇒ なんらかの疾病により会社を休んでいる状態

プレゼンティーズム

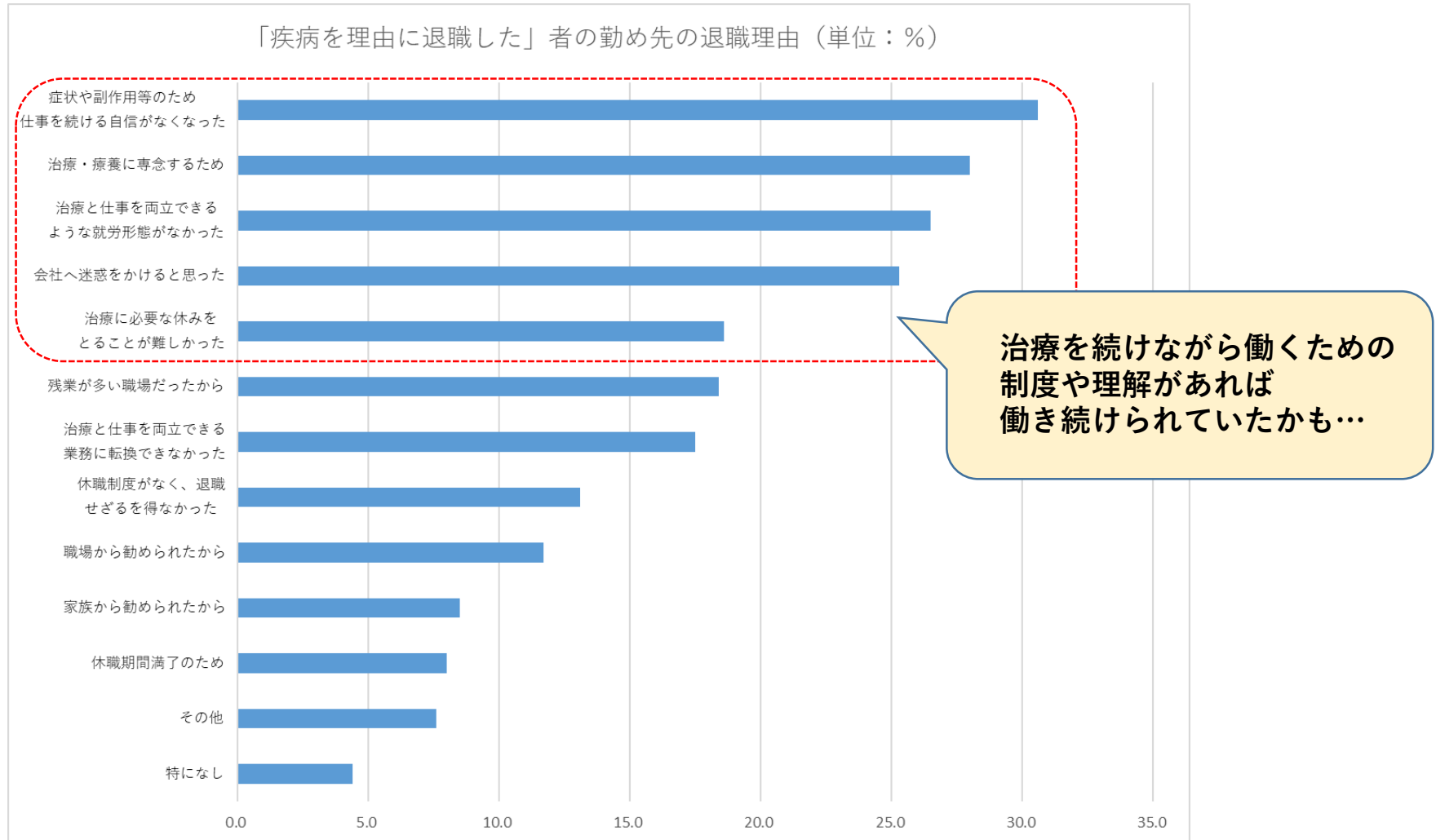
⇒ 出勤はしているが体調不良で生産性が低下している状態

複数の研究により、
アブセンティーズムよりプレゼンティーズムによる
損失が大きいことが明らかになっている

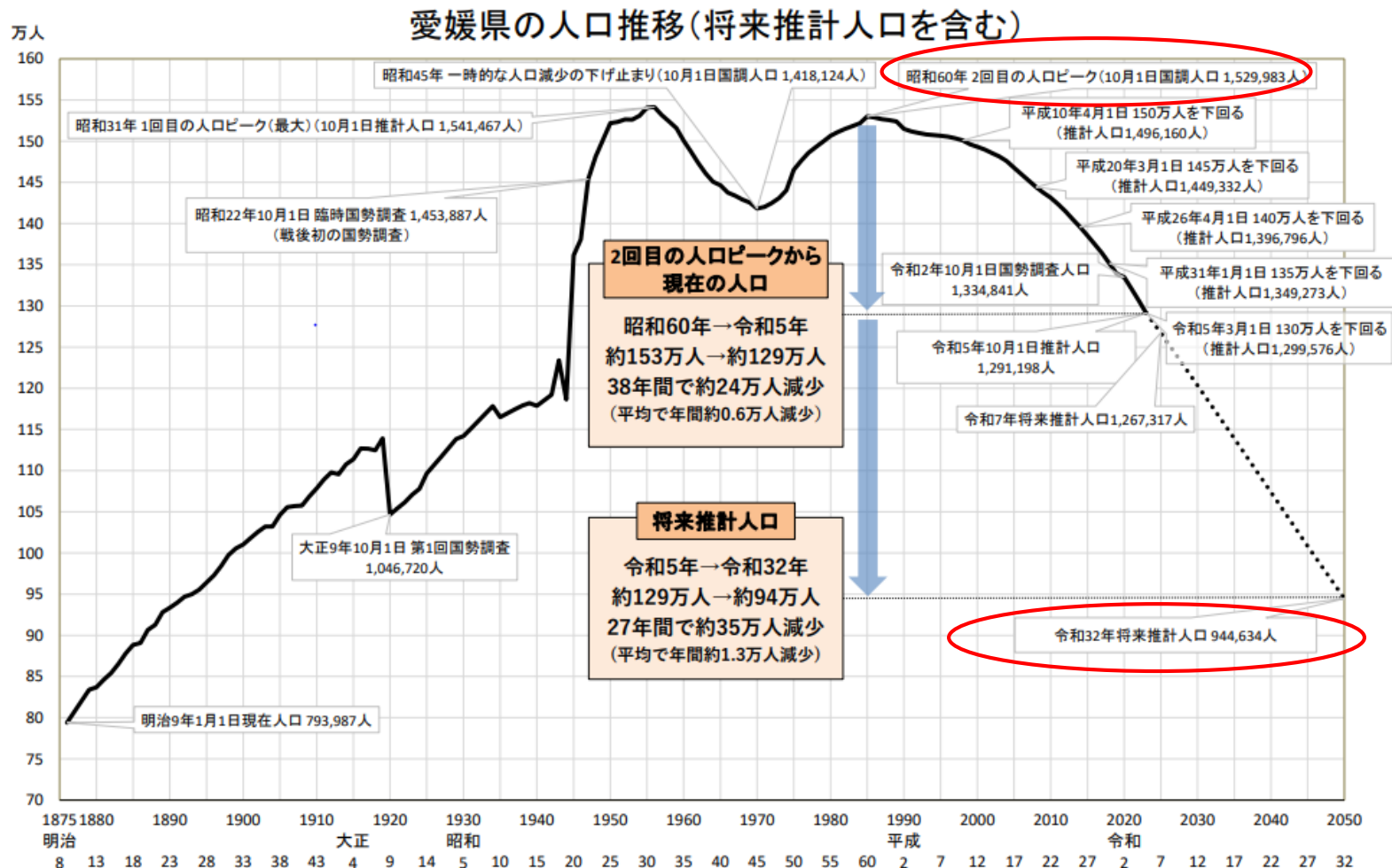


- ・ 体調不良を相談しやすい職場風土や、
治療をしながら安心して働き続けられる仕組みづくりが必要
- ・ 中小企業は一人が担う業務が大きく、広くなりがち
中小企業こそリスクが高い

健康問題とリスク



(参考) 愛媛県の人口推移



注) 明治9・12～19年：1月1日現在人口 (明治10・11年はなし) 明治20～32年：12月31日本籍人口 明治33～44・大正元～8年：12月31日現在人口

大正9年から令和5年まで (大正10・11年、昭和20～24年を除く)：西暦が5の倍数の年は10月1日国勢調査、それ以外の年は10月1日推計人口 (大正10・11年は12月31日現在人口、昭和19年は2月22日現在人口、昭和20年は11月1日現住人口、昭和21年は4月26日現住人口、昭和22年は10月1日臨時国勢調査、昭和23年は8月1日常住人口、昭和24年はなし)

令和2年からの将来推計人口：日本の地域別将来推計人口 (令和5 (2023年) 推計) (国立社会保障・人口問題研究所)

本日お話する内容

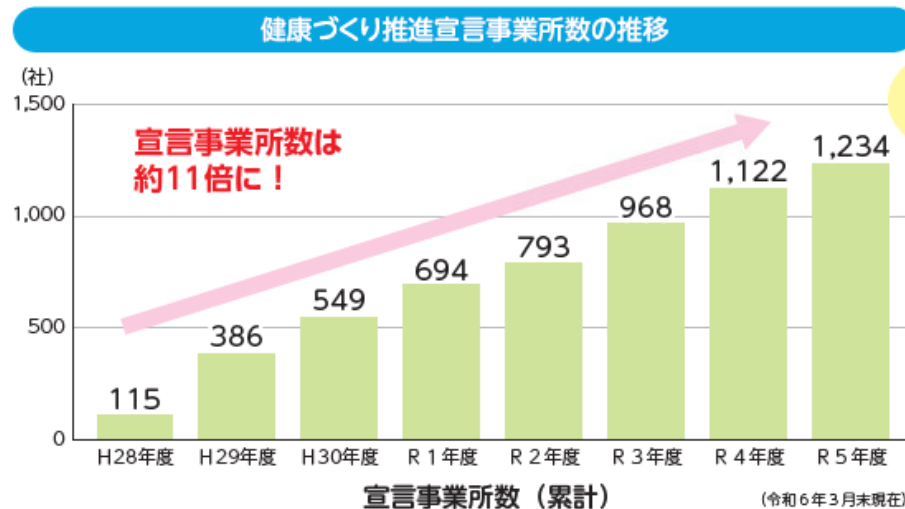
① 「健康経営[®]」 とその必要性

② 「健康づくり推進宣言」 について

「健康づくり推進宣言」

事業主が「事業所全体で健康づくりに取り組む」ことを宣言し、取組みを実施することで、健康に関する意識を高め、心身ともに元気な職場を目指すものです。

県内1,200社以上の事業所がそれぞれの健康づくりの取組みを進めています。



愛媛県内
1,234社!



健康づくり
推進宣言

宣言をするまでの流れ

- ①パンフレット(ダウンロードまたは協会けんぽへ郵送依頼)や「健康度チェックシート」等を参考に取組項目を決める。



- ②取り組む項目を「健康づくり推進宣言書」に記入する。



- ③協会けんぽ愛媛支部へFAXまたは郵送する。

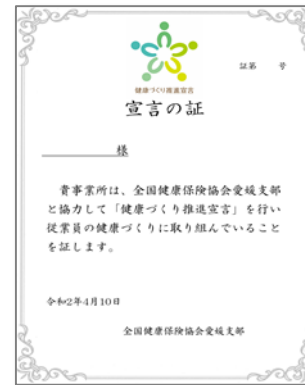


- ④協会けんぽ愛媛支部から「宣言の証」が届く。



宣言完了！

健康づくり推進宣言
パンフレット
令和7年1月
リニューアルしました！



健康経営に取り組む意思を、事業所内・外へ向けて発信しましょう。
(例：宣言の証の社内掲示、ホームページへの掲載等)

健康宣言事業所へのサポート①

ヘルスリテラシーの向上

・健康づくりオンライン講座

食事・運動・メンタルヘルスなど
様々なテーマから事業所様のニーズに
合わせた講座を利用可能



(内容は変更することがあります)

運動習慣

・アプリを使ったウォーキングイベント

チームで目標歩数を目指す
140チーム、800名以上が参加 (2024年度)
ゲーム感覚で運動機会を創出



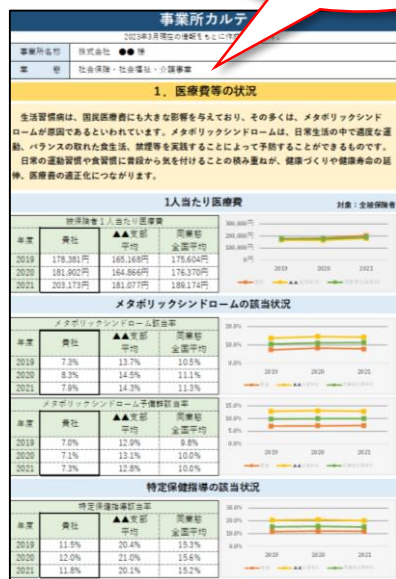
健康宣言事業所へのサポート②

健康状態の「見える化」

「健康つうしんぼ」の送付

- 健康課題が明確となり、健康経営の取組み深化に繋げていただくことができます。
- 同地域や同業態の他事業所との比較も行えるようになっています。
- 一定規模以上の事業所様のみへの送付となります。

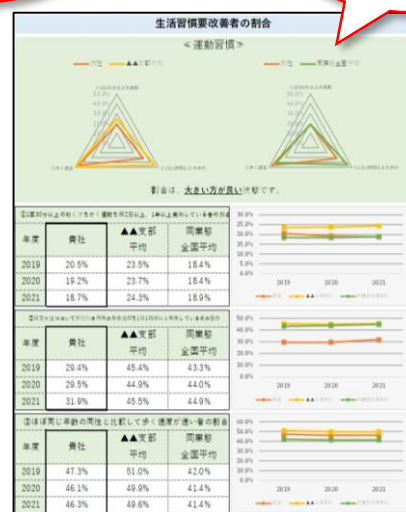
医療費等の経年変化
を「見える化」



生活習慣病の
リスク保有率を
「見える化」



生活習慣の
良い点・要改善点を
「見える化」



健康宣言事業所へのサポート③

従業員への健康情報の発信

・健康づくりポスター等の配布



(一例です。希望するポスターテーマがあればご相談ください。)

その他

- ・ロゴマークの提供  健康づくり推進宣言
- ・血圧計レンタル
- ・民間企業 (※) と連携した健康経営セミナー等のご案内

※健康経営の普及促進のため、民間企業と連携協定を締結しています！

- アクサ生命保険株式会社 ■AIG損害保険株式会社 ■住友生命保険相互会社
- 第一生命保険株式会社 ■三井住友海上あいおい生命保険株式会社
- 三井住友海上火災保険株式会社 ■明治安田生命保険相互会社

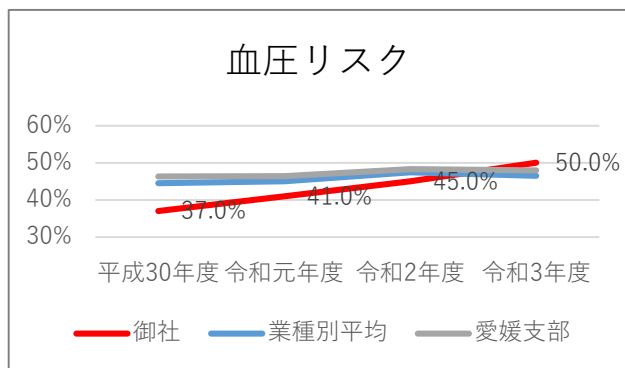
(五十音順)

健康宣言事業所へのサポート④

保健師、管理栄養士が訪問します

従業員様の健診結果から職場全体の健康状態の傾向などを分析し、各事業所様に沿った健康サポートのご提案をいたします。

例



高血圧の方が増えている傾向にありますね。血圧計のレンタルから始めてみませんか？

宣言書の記載項目



健康づくり推進宣言書

従業員が心身ともに健康で働き続けることができる企業を目指し、健康づくりに取り組むことを宣言します。

☒ 従業員の健診100% 必須	40歳以上の協会けんぽの生活習慣病予防健診以外で受診している場合は同意書にて健診データを提供します。
☒ 特定保健指導の実施 必須	従業員の特定保健指導の実施目標として、以下どちらか1つにチェックしてください
☐ 前年度以上の実施率を目指します ☒ 50%以上の実施率を目指します	どちらか1つ 選んでチェック

以下の取組項目一覧表から1つ以上選んでチェック☑して具体的な取り組みをご記入ください

☐ 食生活の見直し	(例) ヘルシー弁当の導入、自動販売機の飲料を低カロリーのものにする
☐ 運動の推進	(例) 階段の利用促進、ラジオ体操の実施、スポーツジムの利用促進
☐ 禁煙・分煙対策	(例) 施設内禁煙、禁煙セミナーの開催
☐ 適正なアルコール摂取の働きかけ	(例) 休肝日の設定、お酒の適正な飲み方やマナーの周知
☐ 心の健康づくり	(例) メンタルヘルス研修の実施、相談体制の確立

宣言日 令和 年 月 日 事業主氏名

事業所名	健康保険の記号*	※記号・番号については、 ●資格確認のお知らせ ●マイナポータル (健康保険の資格情報画面) ●資格確認書 にて確認いただけます。
電話番号	(健康づくり担当者様の) 番号*	
健康づくり担当者 (健康保険委員)	健康づくり担当者様には、健康保険委員にも併せてご登録いただいております。 健康保険委員にご登録いただいていない場合は、健康保険委員としてご登録させていただきます。(登録料・年会費無料) ※健康保険委員は被保険者の方が対象です。	
利用規約に同意し、 メールマガジンの 配信を希望する	メールアドレス	利用規約は こちら
今後、協会けんぽの保健師・ 管理栄養士による支援を希望する	愛媛支部ホームページでの企業名の紹介を希望しない	※ホームページで健康づくり推進宣言をされた企業名を紹介いたします。▶ 掲載を希望しない場合はチェックしてください。

■健康づくり推進宣言のきっかけを教えてください(該当するものに○をつけてご記入ください)

- ① 協会けんぽの広報 (HP・広報誌・DM・訪問) ② 企業等からの紹介 (紹介先企業名:)
③ その他 ()

宣言書の提出は
一度だけでOK

①取り組みたい内容を記入

必須項目

従業員の健診受診率100%

特定保健指導の実施
(前年度以上または対象者の50%以上)

選択項目

食生活の見直し

運動の推進

アルコール

禁煙・分煙

心の健康づくり

②必要事項を記入

- 「健康づくり担当者」は被保険者名(従業員)を記入

チェックシートの活用

パンフレット7P～8Pが健康度チェックシートになっています。
宣言前にご記入いただくことで、取組む項目を決める際にご活用いただけます。

健康度チェックシート			
職場内の健康づくりに関する取り組みをチェックしてみましょう！			
取組分野	質問	回答内容	点数 (回答内容の点数を ご記入ください)
健康等	1 従業員全員の健診（労働安全衛生法による健診）受診率はどのくらいですか？	☐ 100% (20点) ☐ 80～99% (10点) ☐ 80%未満 (0点)	点
	2 40歳以上の従業員の健診結果を、協会けんぽへ提供していますか？	☐ 協会けんぽの生活習慣病予防健診を利用している (5点) ☐ 定期健診のデータ提供にかかる同意書または提供依頼書を協会けんぽに提出している (5点) ☐ 定期健診のデータ提供にかかる同意書または提供依頼書を協会けんぽに提出していない (0点)	点 (上限5点)
	3 従業員が健診を受診しやすい環境づくりへの取組み又は、制度がありますか？	☐ 取組を実施している (2点) ☐ 未実施 (0点) 例 健診にかかる時間の出勤認定や特別休暇付与	点
	4 家族（被扶養者）の特定健診の受診勧奨をしていますか？	☐ 実施している (8点) ☐ 未実施 (0点) 例 被保険者を通じた受診の呼びかけ受診を促すチラシの配布	点
健康結果の活用	5 健診結果が、「要治療」「要精密検査」など再検査が必要な人に受診を勧めていますか？	☐ 実施している (15点) ☐ 未実施 (0点) 例 対象者への個別声掛け精密検査にかかる時間の出勤認定	点
	6 健診の結果、特定保健指導の対象となった該当者について、保健指導を実施していますか？	☐ 特定保健指導を実施している、又は対象者がいない (15点) ☐ 特定保健指導を実施していない (0点)	点
働きやすい環境	7 協会けんぽ健康保険委員（健康づくり担当者）を登録されていますか？	☐ 登録している (3点) ☐ 未登録 (0点)	点
	8 管理職又は従業員に対し、健康に関する研修又は、情報提供を行っていますか？	☐ 実施している (3点) ☐ 未実施 (0点) 例 協会けんぽの健康づくり講座の受講	点
感染予防対策	9 従業員の感染症予防対策の取組みを行っていますか？	☐ 実施している (5点) ☐ 未実施 (0点) 例 アルコール消毒液の設置体温計の設置	点
			小計 点

取組分野	質問	回答内容	点数 (回答内容の点数を ご記入ください)
過労労働防止	10 管理職も含めた、従業員の時間外勤務を把握し、長時間労働者への具体的な対策を講じていますか？	☐ 実施している (3点) ☐ 未実施 (0点) 例 定時退社日の設定超過勤務時間削減のための業務見直し	点
	11 従業員の飲み物や食生活に関する取組を行っていますか？	☐ 実施している (3点) ☐ 未実施 (0点) 例 自動販売機の飲料を低糖のものに変更健康に配慮した仕出し弁当の利用促進	点
運動	12 従業員の運動機会の増進に向けた取組を継続的に行っていますか？	☐ 実施している (3点) ☐ 未実施 (0点) 例 日々の体操やストレッチの実施徒歩や自転車での通勤環境の整備	点
たばこ	13 受動喫煙防止策を講じていますか？	☐ 実施している (3点) ☐ 未実施 (0点) 例 敷地内禁煙建物内完全禁煙	点
	14 喫煙者に対して禁煙推奨を行っていますか？	☐ 実施している (3点) ☐ 未実施 (0点) 例 喫煙場所への禁煙推進ポスター貼付喫煙外来受診費用の補助	点
アルコール	15 従業員に適正な飲酒量の推奨等を行っていますか？	☐ 実施している (3点) ☐ 未実施 (0点) 例 社内に適正飲酒量推奨ポスター貼付休肝日の設定	点
心の健康	16 メンタルヘルス対策として、不調者へのサポート体制を整備していますか？	☐ 実施している (3点) ☐ 未実施 (0点) 例 相談窓口の設置対象者の復帰時における短時間勤務等の配慮	点
	17 ストレスチェックを実施し、自社の健康状態を把握していますか？	☐ 「労働安全衛生法」に基づくストレスチェック制度実施マニュアルに沿ったストレスチェックの実施 (3点) ☐ 実施していない (0点)	点
健康つうしんぽ®やチェックシートの結果をもとに重点的に取り組む項目を決めましょう。			小計 点
			合計 点

※健康つうしんぽは協会けんぽの健診を一定数以上の方が受けている事業所様にご送付しております。

宣言後の流れ

①「宣言の証」が届く



宣言事業所は
ロゴマークの使用
が可能に！

④「健康づくり優良事業所」の認定



認定事業所用の
ロゴマークが
使用可能に！



健康づくりの
PDCA

②宣言した内容に基づき 健康づくりの取り組みを行う



協会けんぽが
取組をサポート

すべて無料です！



③取組内容を「実施結果レポート」として提出 (毎年5月頃)

宣言後のステップアップ



健康づくり
推進宣言



健康づくり
優良事業所



年一度ご提出いただく
実施結果レポートの結果に基づき、
愛媛支部が独自に認定



特に優れた取組をしている
事業所を表彰し、取組
事例を冊子にして紹介

ステップアップ

健康経営優良法人
大規模法人部門
中小規模法人部門

経済産業省が制度設計し、
日本健康会議が認定。
各保険者の健康宣言に参加している
ことが申請条件となっている。



皆さまにお願いしたいこと

①健康づくり推進宣言書のご提出

(宣言されていない事業所様)

「健康づくり推進宣言」をしていただき、企業として健康づくりに取り組むことを対外的に宣言しましょう！

②健診・保健指導の100%実施

従業員様**全員**の健診の受診とその後の保健指導（対象の方のみ）の利用が、健康経営の第一歩です。

③健康づくりサイクルの定着

健康づくり推進宣言のサポート内容もご活用いただき、健康づくりのサイクルを回し、
一緒に健康な愛媛をつくしましょう！



ご視聴ありがとうございました。