

健康経営®のはじめの一步!

健康宣言

始めましょう!

健康宣言は健康経営に取り組むことを会社の内外に発信(宣言)し、協会けんぽと連携して社員とご家族の健康の保持・増進のために計画的に取り組むことです。

健康宣言は、生産性の向上などの会社の成長へとつながるたくさんのメリットがあります。協会けんぽの「健康宣言」を通して会社も社員も元気にしましょう!

*「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。



Caution!

近年、会社における社員の健康管理体制が
会社の経営に大きく関係するようになっていきます

事例
1

さまざまな
感染症の流行



会社の対応1

職場環境の整備や予防接種を受ける際の就業規則等の整備

事例
2

生活・就業
スタイルの変化
(テレワーク化等)



会社の対応2

新たな健康問題(腰痛等)への対応やコミュニケーション方法の見直し

事例
3

労働者の
高齢化



会社の対応3

健康状況に応じた業務上の配慮

事例
4

メンタルヘルス
不調等による
欠勤・休職者の
増加



会社の対応4

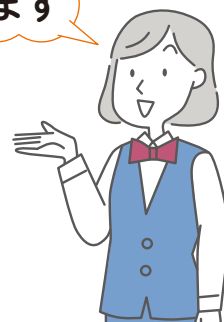
欠勤・休職者への対応(必要な支援プランの作成等)や代替要員の手配

目まぐるしく変わる会社を取り巻く環境に健康経営で対応ができます

詳しくは次のページへ ➡



全国健康保険協会 愛知支部
協会けんぽ



健康経営が 基本

！ここが重要！！

「健康経営」

3

つのポイント

ポイント 1

健康経営は会社を元気にする

会社が社員の健康づくりやメンタルヘルス対策を積極的に実施することで、社員の健康増進を図ることができます。このことが、生産性の向上や組織の活性化をもたらし、人材の定着率の向上、優秀な人材の獲得に好影響を与えます。

その結果、会社の業績向上、企業価値向上へつながることが期待されます。

社員が元気に
働ける

生産性の
向上

離職率の改善
優秀な人材の
確保

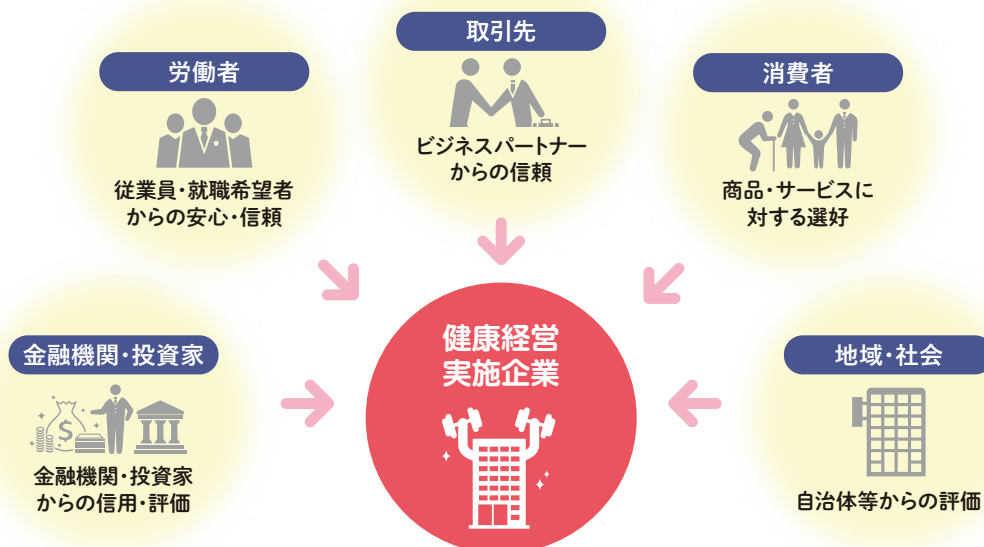
企業イメージ
の向上

ポイント 2

ステークホルダーに対する信頼の獲得

健康経営の実施は、各種ステークホルダー（企業のあらゆる利害関係者）に対するアピールとなり信頼・評価につながります。

ステークホルダーとの関係における「健康経営」のメリット



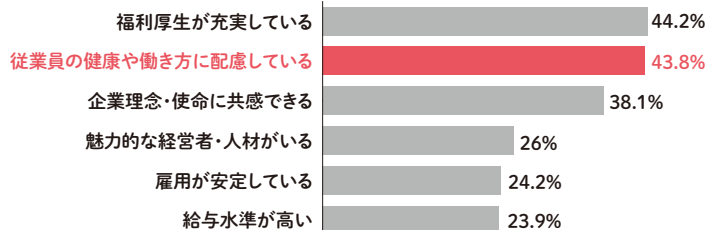
出典：経済産業省「健康経営の推進について」(令和4年6月)

ポイント3

健康経営で選ばれる会社になる

健康経営の取り組みをアピールすることで、より多くの入社志望者を集められ、人材確保がスムーズになります。

Q.将来、どのような企業に就職したいか(就活生が3つまで選択)



出典：経済産業省「健康・医療新産業協議会第4回健康投資WG事務局説明資料①」より上位6項目を抜粋

健康宣言で取り組んでいることが増えてきたら…

さらなる
高みへ！
国も推進！

健康経営優良法人認定にステップアップ！

協会けんぽ愛知支部の「健康宣言」は、経済産業省の健康経営優良法人認定制度の評価項目にそった内容になっています。ステップアップして、健康経営優良法人認定をめざしましょう。

健康経営優良法人

認定までの3ステップ！ (中小規模法人部門の場合)

1

健康宣言に参加

2

健康経営に取り組む

3

認定事務局へ申請

認定要件、各評価項目など、詳しくは経済産業省のホームページをチェック！

健康経営優良法人

検索

健康経営優良法人の認定を受けると？

ロゴマークを活用し、
「社員を大切にしている会社」として
アピールできる！

健康経営優良法人に認定された企業は、投資家、従業員または求職者、取引先企業、金融機関等のステークホルダーに対し、健康経営優良法人に認定されたことを自社の企業情報としてアピールするためにロゴマークを使用することができます。

健康経営優良法人
(大規模法人部門)



健康経営優良法人
Health and productivity
ホワイト500



健康経営優良法人
Health and productivity

健康経営優良法人
(中小規模法人部門)



健康経営優良法人
Health and productivity
ブライツ500



健康経営優良法人
Health and productivity

健康宣言のお申し込みの流れ

① 自社の健康づくり担当者を決める

事業所規模等の実態に合わせて
1名～複数名を決めましょう！

健康づくり担当者の役割

自社の健康課題を見つけるために必要な**健診受診100%**や**健康サポート実施100%**等の**健康宣言の必須項目(詳細はP5～6)**に取り組むために社内の環境整備や社員への受診勧奨を推進！



② 必須項目と一緒に取り組む**選択項目(1つ以上)**を決める

この冊子のP7～8の選択項目の中から自社が取り組むものを決めましょう！

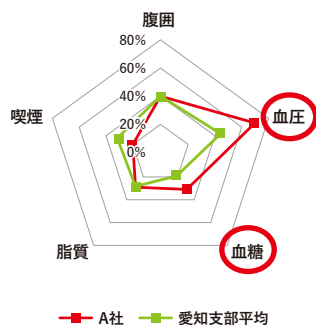
決め方の例

- ✓ 無理せずに取り組めるもの(人手や費用、時間等がかからないもの)を選ぶ
- ✓ ヘルスアップ通信簿や自社の独自アンケート等にて発見した自社の健康課題の解決に繋がるものを選ぶ

ヘルスアップ通信簿とは？

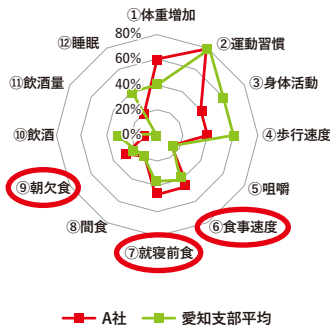
協会けんぽが保有している健診結果等のデータから事業所様ごとの健康課題を見える化したものです。

生活習慣病リスクの保有者の場合



○で表示している箇所のように自社の健康課題が分かります

生活習慣の傾向

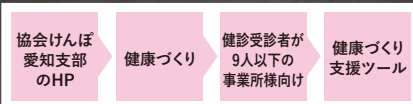


発行対象

協会けんぽで保有している被保険者の健診結果が10名以上※かつ記載内容から個人の特定ができない事業所様

※主に協会けんぽの生活習慣病予防健診(35歳以上の被保険者が対象)を受診している人数および定期健診結果データ(生活習慣病予防健診を受診していない40歳以上の被保険者が対象)を提出している人数をカウントします。

健診受診者が9名以下の場合の入力ツールを協会けんぽ愛知支部のホームページに掲載しています。



送付をご希望の場合や自社が発行可能かどうか等は協会けんぽ愛知支部までお問い合わせください。

③ 健康宣言書に必要事項を記入し、協会けんぽ愛知支部へFAXで申し込む

お申し込みいただいた後、約1週間程度で健康宣言チャレンジ事業所認定証や健康宣言サポートBOOK、健康宣言好事例集など健康づくりに役立つ資料一式をお送りします。



健康宣言のお申し込み後の流れ

1 経営者(層)から健康宣言を社内外に発信

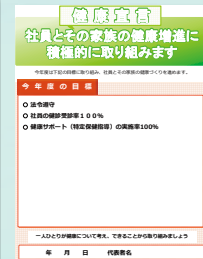
発信すること

自社が健康宣言をしたということ
(健康経営に取り組むということ)



健康宣言お申し込み後に
協会けんぽから
送られてくる認定証等
を掲示したり、
自社HPで公表するなど
広く周知しましょう

自社の健康宣言の目標
(必須項目+選択項目等)



POINT!

健康経営優良法人認定(中小規模)で必須

社員の行動規範となるために、経営者自身は健診を受け、自身の健康状態を把握しましょう!

2 取り組みをスタート

取り組みの流れ(イメージ)

必須

法令遵守

必須

社員の健診受診率100%
(協会けんぽへ健診結果データを提供)

推奨

健診受診後の受診勧奨

必須

健康サポート(特定保健指導)の実施率100%

選んだ
選択項目に取り組む

(会社の状況や健康課題に応じて)

取り組むために
必要なチームの
編成など

健康宣言のお申し込み時にお送りする「サポートBOOK」で
取り組みのポイントなどをご案内しています。ぜひ一読ください!



3 取り組みを振り返り

年度末に協会けんぽからお送りする健康宣言取組結果報告書で取り組みの状況や目標の達成度等を振り返り、取り組み内容の見直しを定期的に行いましょう。



健康宣言の3つの必須項目と推奨項目

協会けんぽ愛知支部の健康宣言では、3つの必須項目と1つの推奨項目があります。まずはこれらの項目を重点的に取り組み、毎年実施できる体制・サイクルをつくりましょう。

進め方などのご不明な点がございましたら協会けんぽ愛知支部までお気軽にご連絡ください。

必須項目

1

「法令遵守」で社員の健康と安全を守ろう

会社は社員が安全で健康に働くことができるように、職場の環境や健康管理体制に配慮してはなりません。社員の健康管理に関する法令について確認し、違反をしないよう注意しましょう。

必須項目

2

社員の健診受診

(協会けんぽへ健診結果データを提供)

目標

100%

生活習慣病は、早期には自覚症状がなく、症状が現れたときにはすでに進行しているというケースが少なくありません。そのため、健診を受け、その結果から必要に応じて自身の生活習慣の見直し・改善に取り組むことが必要です。また、病気の早期発見・早期治療につなげることもできます。そして、事業所様で社員の健診受診を徹底していただくことで、自社の健康課題を把握し、必要な対策を講じることへとつながります。

事業者は、労働者に対し健康診断を実施しなければならず、労働者は事業者が行う健康診断を受けなければならないと労働安全衛生法で定められています。

35歳～74歳の
被保険者が対象
(一般健診)

協会けんぽの

生活習慣病予防健診をぜひご利用ください！



- 定期健診(事業者健診)よりも充実した検査項目
- 協会けんぽから費用補助あり
- 定期健診の代わりになる
- 健診結果データが自動で協会けんぽに届くので健診結果データ提供に係る事業所様のお手続きが不要です！(データ提供を行うと、協会けんぽから健診後のフォローを受けることができます)
→ 定期健診をご利用の場合は別途協会けんぽへのデータ提供のお手続きが必要です。詳しくは

協会けんぽ愛知 健診結果 検索

～生活習慣病予防健診の詳細については、毎年3月頃にお送りしている健診のご案内をご覧ください～
(対象者がいらっしゃる事業所様にお送りしています)

推奨
項目

健診受診後の受診勧奨

～「要治療・再検査・要精密検査」となった社員へ受診勧奨～

健診の結果、高血圧や高血糖、脂質異常等が分かり、医療機関への受診が必要と指摘された場合であっても受診せずに放置をすると、脳卒中や心臓病など命に関わる疾病が発症する危険度が高くなります。また、仕事に発症すると、重大な事故が発生するという事態にもつながりかねません。

そのため、「要治療・再検査・要精密検査」となった社員全員へ必ず医療機関を受診するようお声がけいただくとともに、医療機関を受診できるよう業務上の配慮をしていただくようお願いいたします。

必須項目

3

健康サポート(特定保健指導)の実施

目標

100%

協会けんぽでは健診の結果、生活習慣病の発症リスクが高く生活習慣病の予防効果が大きく期待できる方を対象に健康サポート(特定保健指導)を行っています。健康サポートでは、自らの健診結果を理解して体の変化に気づき、生活習慣を振り返り、生活習慣を改善するための行動目標を設定・実践するなど、自らの健康に関するセルフケア(自己管理)ができるように、保健師または管理栄養士が寄り添ってサポートいたします。

- 協会けんぽ(もしくは委託機関)から健康サポートの案内が届いたら対象者へ通知・勧奨
- 日時を調整する、面談場所を確保などの環境整備(ICTもOK!)または

宣言事業所様
をお願い
したいこと



健康サポートを健診当日に受けられる健診機関で
生活習慣病予防健診を受ける

協会けんぽ愛知 生活習慣病予防健診実施機関一覧

検索

→保健指導「◎」となっている健診機関が当日実施可能です。

事務のご担当者様の
負担が軽減されるので
おすすめです!

健康宣言に
取り組むことで

愛知支部保険料率の上昇抑制に貢献

協会けんぽでは一人ひとりの健康への取り組み(5つの評価指標)が健康保険料率に反映されるインセンティブ制度を導入しています。当該年度の取り組みが翌々年度の保険料率に反映されます。

インセンティブ制度の5つの評価指標と健康宣言の主な取り組み

特定健診等
の実施率

必須項目②

+

選択項目②

健康サポート
の実施率

必須項目③

健康サポート
対象者の減少率

必須項目③

+

選択項目④⑧⑨⑭

要治療者の
医療機関受診率

推奨項目

ジェネリック医薬品
の使用割合

健康宣言の選択項目一覧

社員の健康課題の把握と必要な対策の検討

1

健診等の受診勧奨・ 環境整備

取り組み事例

社員への呼びかけ

- 社員へ健診、健診後の受診(要治療・再検査等)、健康サポートの重要性を周知している
- 対象者には受診等をするまで、口頭・メール・文書で呼びかけを行っている

環境整備

- 社員が健診を受診しやすいよう日程調整やバス検診にする等の環境整備を行っている
- がん検診等の任意検診の受診を促すため、オプションとして付加できるよう健診機関と調整している

2

ご家族の健診を 後押し!

- ご家族の健診受診有無を確認している
- 会社でご家族の健診を予約している
- ご家族の健診の費用補助を行っている

- 協会けんぽの「ご家族にも健診プロジェクト」を申し込み、社員を通してご家族へ健診受診を呼びかけている

事業主(社長)様名で社員のご家族(40歳以上74歳の健康保険の被扶養者)に健診受診を勧めるお手紙をお送りするプロジェクトです!「健康宣言書」に☑いただくことで、当支部で参加登録をします!

(当プロジェクトを実施する際に保健グループより事業所様へご連絡いたします)

3

ストレスチェックの 実施

- ストレスチェックを実施している
- ストレスチェックの結果から、社員の職業性ストレスを客観的に把握し、組織または部署別等のストレス傾向の状況把握を行い、職場環境の改善などの対応をとっている

ストレスチェック制度 とは

労働安全衛生法で定められたもので、労働者自身のストレスへの気づきを促すとともに、職場環境の改善を進めることによって、労働者のメンタルヘルス不調の防止を目的としています。

労働者が50人以上いる事業場では実施義務がありますが、50人未満では努力義務とされています。

詳しくは [厚生労働省 ストレスチェック等の職場におけるメンタルヘルス対策・過重労働対策等](#)

検索

健康経営の実践に向けた土台づくり

4

管理職及び一般社員 それぞれに対する 教育機会の設定

取り組み事例

- 1年度に少なくとも1回、管理職や一般社員に対し、健康をテーマとした研修会を実施している、または外部機関主催の研修会に参加させている
- 協会けんぽやWチャレンジ自治体等での健康づくり講座を利用している
- 社員へ協会けんぽのメルマガの登録を勧奨している、または、メルマガの内容を周知している
- 社内報や社内イントラを利用して社員へ健康情報を発信している

5

適切な働き方の実現

- 定時退社日の徹底(朝礼で周知・館内放送で呼びかけ・役員や管理職が声かけ・一斉消灯など)
- 有給休暇取得促進
- 年次有給休暇取得目標を設定し、社内公開している
- 時間単位での年次有給休暇の取得をできるようにしている

6

コミュニケーションの促進

- 社員のコミュニケーション促進を目的としたイベント(社員旅行、運動会等)を年1回以上、実施している
- 就業時間中のコミュニケーション時間の確保やあいさつをするなどの社内での取り組み企画を実施している
- 談話スペースを設置するなどのコミュニケーション促進となる職場環境を整備している



7

病気の治療と仕事の両立支援

- 病気の治療と仕事の両立支援に関する相談体制(社内相談窓口の設置等)を整備している
- 対象者がでたときの対応手順を決めている
- 年次有給休暇とは別に傷病(病気)休暇制度を設けている
- 治療に配慮した勤務制度を整備している

社員の心と身体健康づくりに関する具体的対策

8

食生活の改善

取り組み事例

- 社員食堂や社内の自販機にカロリー表示をしている
- 健康に配慮した仕出し弁当の利用を促進している
- 健康に配慮した食事・飲料を現物支給している
- 腹八分目運動など定期的、継続的な食生活改善に向けた取り組みを実施している

9

運動機会の促進

- 毎日ラジオ体操やストレッチなどを実施している
- 歩数計を貸与して積極的なウォーキングを推奨するなど、運動奨励活動を行っている
- 社内に運動機器を設置し利用を促している

10

女性の健康保持・増進に向けた取り組み

- 婦人科検診を受けやすい環境の整備(費用補助・就業時間認定等)をしている
- 生理休暇等を取得しやすい体制を整備している
- 女性の健康課題等に関する理解促進のための研修を実施している

11

社員の感染症予防

- インフルエンザ、麻しん・風しん等の予防接種の実施場所の提供、費用補助を行っている
- 予防接種を受ける際の就業時間認定や特別休暇付与等を行っている
- 各事業場において感染症予防のための環境の整備を行っている

12

長時間労働者への対応

- 該当者へ保健師や人事労務担当者による面談や指導を実施している
- 長時間労働が発生した部署の管理職に対し、事業主等による面談等を行っている
- 本人の業務負担の見直し、勤務時間の制限を行っている

13

メンタルヘルス不調者への対応・予防

- メンタルヘルスに関する相談窓口を設置している
- メンタルヘルスクアの研修を実施している
- 社員に対する定期的な面談や声かけを行っている

14

受動喫煙対策 (禁煙または分煙)

- 敷地内禁煙
- 屋内禁煙
- 建物内完全分煙



15

その他の取り組み(①～⑭以外の取り組み内容)

[協会けんぽ愛知支部のその他のサポート]

「協会けんぽ あいち コラボヘルス」サイト

自社の健康づくりに取り組むご担当者様を応援・サポートするため、お役立ち情報をまとめたWEBサイトを作成しています。



▶ 詳しくはこちら！

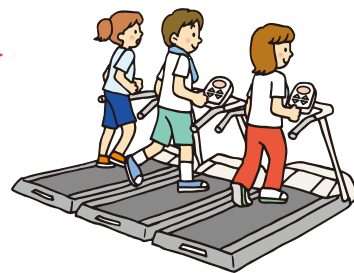
協会けんぽ あいち コラボヘルス

検索

けんぽ委員登録による特典

けんぽ委員(健康保険委員)とは、協会けんぽからのお知らせを社員の皆様へ提供いただくなど、会社と協会けんぽを結ぶパイプ役となる担当者のことをいいます。**健康宣言にお申し込みいただくと、健康づくりご担当者様のけんぽ委員への登録は原則必須となります。**

ご登録いただくと
スポーツクラブの
優待あり！



▶ 詳しくはこちら！

協会けんぽ 愛知支部 スポーツクラブ

検索

メールマガジン

専門家による健康コラムや漫画で分かるお役立ち健康情報などを毎月配信しています。

- 健康宣言書を協会けんぽにご提出いただく際、メールアドレスをご記入いただくと協会けんぽで配信登録を行います。



ポスターやロゴマークのご提供

禁煙・食事に関する啓発ポスターや健康宣言を行ったことをPRできるロゴマークデータをご提供しています。詳細は、健康宣言にお申し込みいただいた後に協会けんぽよりお送りするサポートBOOKをご覧ください。



ロゴマーク



禁煙編



食生活編

活用で会社をもっと元気に！

[健康経営を推進する連携団体によるサポート]

愛知県

あいち健康経営ネット

健康経営について、様々な情報を発信しているWEBサイトです。

愛知県で健康経営に取り組む事業所様の取り組み事例が、事業所規模(人数)、業種、取り組み内容で検索・閲覧できます。



▶ 詳しくはこちら！

あいち健康経営ネット 検索



あいち健康プラス(健康づくり支援アプリ)

体重、血圧、歩数の記録や健康目標の設定など、健康管理や生活習慣の改善を支援するアプリです。

個人単位または事務所単位で登録できます。

運動機会の促進等にご利用ください。



▶ 詳しくはこちら！

あいち健康プラス 検索



市町村(Wチャレンジ自治体)

[Wチャレンジ]とは…?

保健師等の専門家の健康講座や健康イベント、セミナーを実施

無料

Wチャレンジ自治体(令和5年度:26市町村)では健康宣言事業所様に健康経営に役立つ健康づくりメニューをご用意しています。自治体ごとでメニューが違いますので、事業所様の所在地が右の自治体にある場合は各自自治体のチラシをご確認いただき、ぜひご利用ください。

※事業所所在地がWチャレンジ自治体にある事業所様の

「健康宣言書」及び「健康宣言取組結果報告書」は内容を各Wチャレンジ自治体と協会けんぽで共有しています。

令和5年度Wチャレンジ自治体(26市町村)

愛西市、あま市、安城市、犬山市、大治町、大府市、岡崎市、春日井市、蟹江町、蒲郡市、刈谷市、幸田町、小牧市、田原市、知立市、津島市、東海市、飛島村、豊明市、豊川市、豊橋市、名古屋市、西尾市、東浦町、みよし市、弥富市(五十音順)

▶ 詳しくはこちら！

協会けんぽ愛知支部 Wチャレンジ 検索



働く人の「こころ」と「からだ」の健康づくりに悩んだら

こころの耳

職場のメンタルヘルス対策専門の情報サイト

一般社団法人日本産業カウンセラー協会が開設するサイトです。厚生労働省からの委託を受けて運営しています。

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>

こころの耳

検索

無料

愛知産業保健 総合支援センター

働く人の「こころ」と「からだ」の健康づくりをサポートする公的な機関

<https://www.aichis.johas.go.jp/>

愛知産業保健総合支援センター

検索

無料

職場の健康づくりを応援

あいち健康プラザ

健康経営に取り組む事業所を支援

- 健康づくり教室
・健康づくり教室(1日型、宿泊型、通所型)を用意しています。
- 健康講座+体力測定
・職場に出張し、健康講話や体力測定、運動実技などを行います。
- 健康づくりリーダーの派遣
・職場に健康づくりリーダーを派遣し、運動の機会を提供します。

<http://www.ahv.pref.aichi.jp/www/index.html>

あいち健康プラザ

検索

民間企業編

協会けんぽ愛知支部では、生命保険会社、損害保険会社、金融機関などの民間企業と連携し、健康経営に取り組む事業所様を支えています。

- 健康経営支援ツール・プログラム
- 健康経営および優良法人セミナー
- 健康経営優良法人認定のコンサルティング
- 金利優遇サービス
- 企業向け支援ツール
健康経営診断、ストレスチェック等
- 社員向け支援ツール
メンタル・健康・介護相談ダイヤル等

▶ 詳しくはこちら！

協会けんぽ愛知支部 協定 検索

健康づくりの推進に関する連携協定（令和5年2月現在）

連携団体等（協定締結順）

名古屋製鐵所協力会	愛知県歯科医師会	愛知県薬剤師会	名古屋大学大学院 医学系研究科
中部運輸局	愛知県商工会連合会	健康保険組合連合会 愛知連合会	愛知県社会保険労務士会
愛知県中小企業診断士協会	あいち健康の森 健康科学総合センター	愛知県トラック事業 健康保険組合	愛知県経営者協会
愛知県商工会議所連合会	愛知銀行	中京銀行	名古屋銀行
愛知県信用保証協会	愛知運輸支局	愛知県バス協会	愛知県タクシー協会
名古屋タクシー協会	愛知県トラック協会	住友生命保険相互会社 中部本部	東京海上日動火災保険 株式会社
アクサ生命保険株式会社	愛知県中小企業団体中央会	SOMPOひまわり生命保険 株式会社中部統括部	第一生命保険株式会社 中部総局
三井住友海上火災保険 株式会社中部本部	AIG損害保険株式会社 東海・北陸地域事業本部	豊橋商工会議所	愛知県中小企業共済協同組合
大同生命保険株式会社	大塚製薬株式会社 名古屋支店	明治安田生命保険相互会社 名古屋本部	大樹生命保険株式会社 東海法人営業部
大府商工会議所	株式会社スギ薬局	三井住友海上あいおい生命保険 株式会社愛知営業部	名古屋市信用保証協会
株式会社かんぽ生命保険 東海エリア本部	県および県内全54市町村		

協会けんぽ愛知支部のご案内

電話番号・FAX番号

電話番号 **052-856-1490**（代表）

自動音声案内にてご案内しております。

FAX番号 **052-856-1491**

業務時間 午前8時30分から午後5時15分まで
【土日祝日・年末年始（12月29日から1月3日）を除く】

所在地

〒450-6363 [個別郵便番号]

名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋23階

※郵便番号「〒450-6363」は協会けんぽ愛知支部の個別番号のため、郵便番号と宛名のみで郵便物が届くようになっております。