健康経営®のはじめの一歩！

健康宣言

健康宣言とは、健康経営®の考え方に基づき、社員の健康づくりへの取り組みを会社の内外に発信（宣言）することです。
社員とそのご家族の健康の保持増進は安全な労働環境をつくり、生産性の向上・会社の成長へとつながります。
少子高齢化による働き手不足が進むなか、協会けんぽの「健康宣言」を通して会社を元気にしませんか？

「健康経営®」は NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

おすすめする理由（ワケ）❶

健康経営の土台ができます

健康経営とは社員の健康を重要な経営資源ととらえ、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めざす経営手法のことです。

協会けんぽの「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るため、健康経営のノウハウを得ることができます。

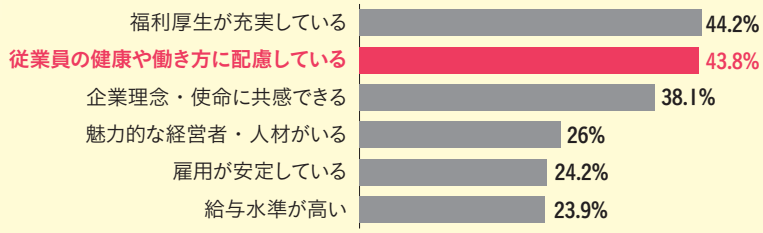
おすすめする理由（ワケ）❷

選ばれる会社になります

就職活動をする学生が就職先に求める条件は、「給与」より「社員の健康や働き方への配慮」であるといわれています。

健康宣言に取り組めば、社外へのアピールポイントになり、優秀な人材獲得につながります。

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）



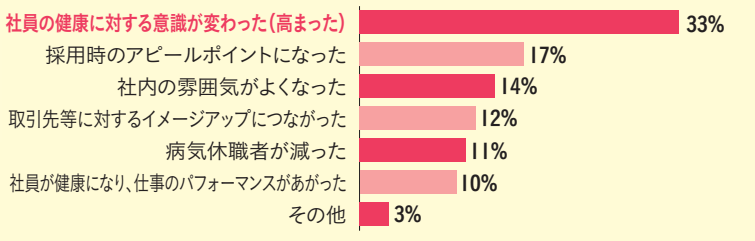
出典：経済産業省「第13回健康投資WG事務局説明資料①」より上位6項目を抜粋

おすすめする理由（ワケ）❸

健康に対する意識が変わり、会社が元気になります

協会けんぽ愛知支部にてアンケートを行ったところ、様々な効果を実感していただくことができました。ぜひ、貴社も健康宣言を！

Q.健康経営・健康宣言に取り組んで感じた効果は？



協会けんぽ愛知支部 令和2年度「取組結果報告書」アンケート結果

気になったらさっそくスタート！まずは申し込みから

健康宣言チャレンジ事業所
全国健康保険協会 愛知支部
Certified Healthy Company

全国健康保険協会 愛知支部
協会けんぽ

健康宣言の取り組みの流れを知ろう！

健康宣言をはじめる前にチェックしよう

健康宣言は、まず事業主が自らの健康を意識した上で、社員や職場の健康課題を把握し、どう対応していくか宣言するものです。さっそく確認し健康宣言をはじめる準備をしましょう。

チェック 01
事業主が健診を受け、
自身の健康状態を把握する

チェック 02
事業主が社員や職場全体の
健康度をチェックする

チェック 03
事業主を中心とした
健康づくりメンバーを決める
（健康づくり担当者）

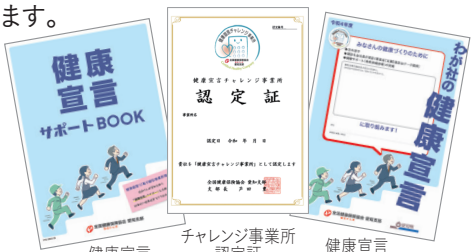
健康宣言の流れを確認

お申し込みは付属の
健康宣言書から！

STEP 1
「健康宣言書」に必要事項を記入し、FAXで申し込む
申し込みの約１週間後に「健康宣言サポートBOOK」、「チャレンジ事業所認定証」、「健康宣言ポスター」などをお送りします。

STEP 2
社内外へ発信（宣言）
「チャレンジ事業所認定証」や「健康宣言ポスター」などを用いて宣言します。

STEP 3
健康づくり担当者を中心としたチームをつくる
健診結果等個人情報を扱う担当者と、経営面での影響やコストも含んだ評価ができる体制づくりが理想です。



健康宣言
サポートBOOK
チャレンジ事業所
認定証
健康宣言
ポスター

STEP 4
健康課題を把握
「ヘルスアップ通信簿」などを活用し課題を抽出します。
※協会けんぽの生活習慣病予防健診を受診されている事業所様、または事業者（定期）健診結果のデータを提出いただき、協会けんぽで健診結果データを確認できる被保険者が10人以上いる事業所様へお送りしています。

P4参照

STEP 5
取り組みをスタート
協会けんぽや連携団体のサポートを活用しましょう。
協会けんぽ愛知支部のメルマガでは健康情報やセミナー等の案内をしています。ぜひ登録してお使いください。

健康宣言サポートBOOKを参考に！

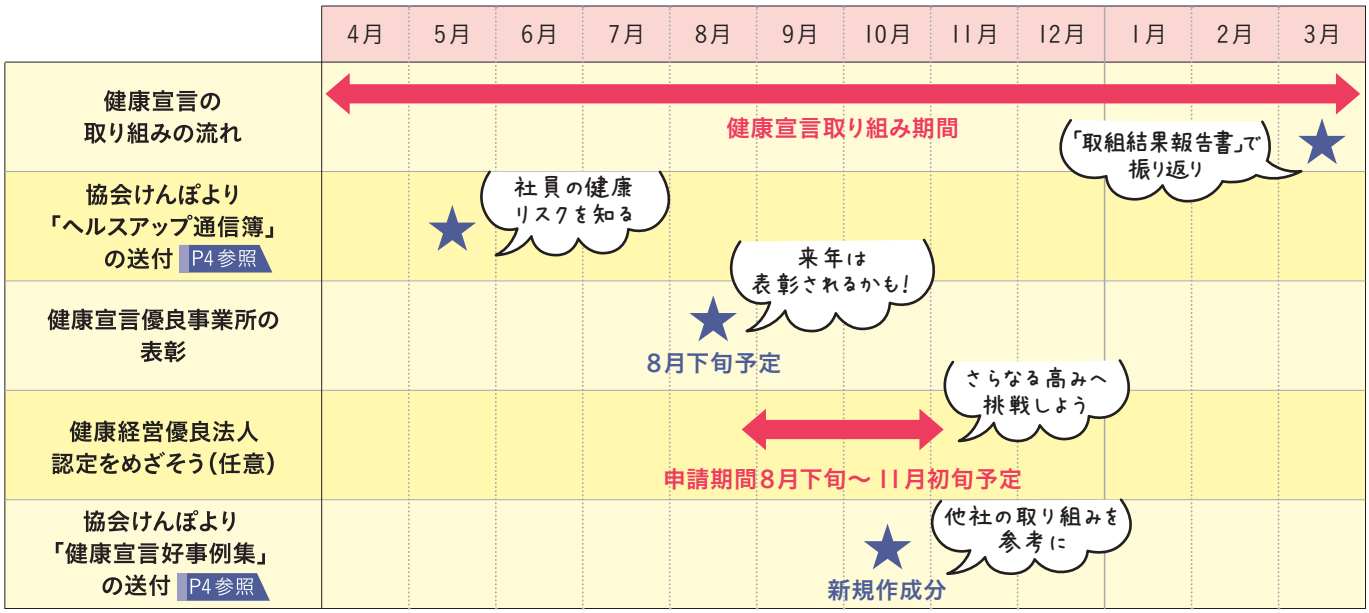
無料メルマガ
登録はこちら!

STEP 6
取り組みを評価
年度末に協会けんぽがお送りする「取組結果報告書」で、目標の達成度を確認して次年度の課題発見につなげます。

※健康宣言の認定は辞退などの申し出がない限り継続します。

取り組みスケジュールを把握

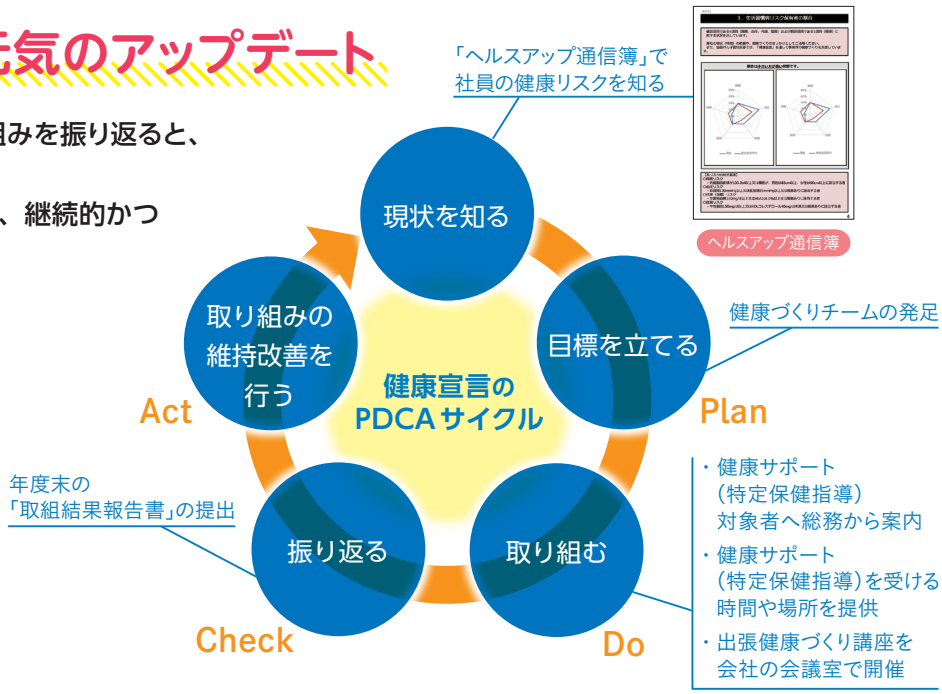
健康宣言は年度ごと(4月～翌年3月)に取り組みます。年度末には「取組結果報告書」を
協会けんぽからお送りしますので、ご回答と振り返りをお願いします。



※「健康宣言好事例集」は新規申し込み時に同封しています。バックナンバーは協会けんぽ愛知支部のホームページをチェック!

PDCAサイクルで元気のアップデート

「取組結果報告書」で1年間の取り組みを振り返ると、
PDCAサイクルの流れができます。
PDCAサイクルにそって取り組むと、継続的かつ
計画的に進めることができます。



表彰制度で企業イメージをさらにアップ

協会けんぽ愛知支部では、健康宣言をしている事業所の中から、特に積極的に取り組んでいる事業所を「健康宣言優良事業所」として表彰しています。
令和4年度から、協会けんぽの健康宣言優良事業所表彰の対象は、あいち健康経営ネットに登録している事業所から選定します。

P5参照

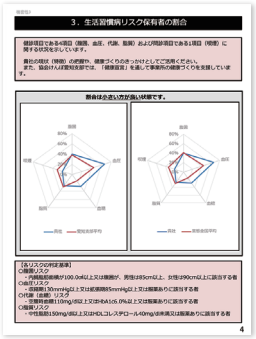
健康宣言 充実した各種サポートの活用で

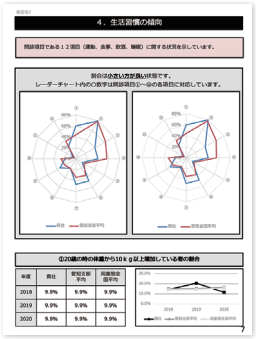
協会けんぽ愛知支部のサポート

ヘルスアップ通信簿

協会けんぽで取り扱う医療費や健診結果データを事業所ごとに集計し、メタボリスクをグラフ化したものです。

過去３年分の経年変化が確認できるため、今後の健康課題や目標を立てる際のヒントとして活用できます。





健康宣言好事例集

協会けんぽ愛知支部で健康宣言に取り組む事業所の好事例を紹介しています。

事業内容や社員数、健康宣言をはじめたきっかけなどを掲載。他社の取り組みを参考にできます。

●バックナンバーはこちら!

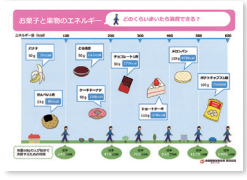
協会けんぽ愛知支部　健康宣言好事例集　検索

啓発ポスター等の配付

社員の目につくところにポスターを掲示し、社内の健康意識を高めましょう。

〈健康づくりポスター〉

禁煙編



食生活編

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、けんぽ委員の登録は原則必須となります。

けんぽ委員に登録いただくと事業所単位でフィットネスクラブの優待が使えます。追ってお送りするけんぽ委員の委嘱状とともに、フィットネスクラブ優待のご案内を同封しますので、ぜひご活用ください。

イチオシ!

協会けんぽの メルマガ配信

活用方法

- 全社員でメルマガ登録
- メルマガ内容の回覧
- 会議のテーマとして活用 など

無料メルマガ登録はこちら!

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

自治体編

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。

あいち健康プラス（ウォーキングアプリ）

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。

個人単位または事業所単位で登録できます。運動機会の提供にご活用ください。

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

協会けんぽと自治体が連携して、健康経営に取り組む事業所をサポートします。

Wチャレンジを実施している自治体に所在する事業所が利用できます。

令和3年度チャレンジ自治体（24市町村）

愛西市、あま市、安城市、大山市、大治町、大府市、岡崎市、春日井市、蟹江町、蒲郡市、刈谷市、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、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

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**　愛知銀行・中京銀行・名古屋銀行（五十音順）
- **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

連携団体等（協定締結順） 令和3年10月現在

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　損害保険ジャパン株式会社中部本部
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
明治安田生命保険相互会社　大樹生命保険株式会社　大府商工会議所　株式会社スギ薬局　県および県内全54市町村

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

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

あいち健康プラザ　検索

社員の健康づくりに悩んだら

こころの耳 無料

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

愛知産業保健総合支援センター 無料

働く人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

健康宣言 取り組み項目一覧 取り組み例付き

健康宣言では必ず取り組む必須項目と、1つ以上選択して取り組む選択項目があります。
項目内容と取り組み例を確認し、「健康宣言書」に記入してください。

必須項目

☑ 法令遵守	社員の健康管理に関する法令について重大な違反をしません（自主申告）。
☑ 健診を全社員が受診	●生活習慣病予防健診を受診します。 ●事業者（定期）健診を受診した場合は、協会けんぽへ健診結果データを提供します。
☑ 健康サポート（特定保健指導）の実施	特定保健指導は生活習慣病の予防に特化した保健指導です。 年度内（令和5年3月31日）までに、協会けんぽや健診機関から対象者のお知らせがあれば受け入れをします。 ※対象者がいない場合は、対象者がいた場合の受け入れ体制を整えます。

選択項目

次の1～16の中から、貴社で取り組む内容を1つ以上選びましょう。

取り組みを振り返り評価できるよう、**具体的な目標**を設定しましょう。

社員の健康課題の把握と必要な対策の検討

1 受診勧奨の取り組み

労働安全衛生法第66条に基づき、事業者は労働者に対し健康管理（健診および事後措置）を行わなければならないとされています。

取り組み例

健診推進の取り組み

- 事業者（定期）健診から**生活習慣病予防健診**への切り替え
- 会社で健診予約を行い、就業時間中に受診できるよう日程調整を行う

健診事後措置の取り組み

- 健診費用自己負担分の全部または一部を会社で負担する
- 再検査や精密検査、治療が必要な社員への受診勧奨を行う

協会けんぽの 生活習慣病予防健診をおすすめします！

\ぜひ/ ご活用ください！

生活習慣病予防健診は、「特定健診」項目に「胃がん・大腸がん」を含む検査項目となっています。

※対象は35歳から74歳の被保険者に限ります。

生活習慣病予防健診を受けるメリット

- 健診結果データが自動的に協会けんぽへ送られます。
- 健診費用は事業者（定期）健診が平均8,000円のところ、最高7,169円！

2 ご家族の健診を後押し！ "ご家族にも健診プロジェクト"への参加

- "ご家族にも健診プロジェクト"へ参加する

社長名で社員のご家族（40歳以上）に健診をおすすめする手紙を送るプロジェクトです。
協会けんぽが手紙をお送りしますので、社員の皆様へお声がけください。

※健康宣言申し込み後に届く「健康宣言サポートBOOK」でお申し込みください。

第6回健康寿命をのばそう！アワード 厚生労働大臣優秀賞 受賞事業

3 ストレスチェックの実施

- ストレスチェックを実施する
- メンタル不調者が出たときの体制づくりをする
- 社内や社外に相談窓口を設置し、気軽に相談ができるよう連絡先の書かれたカードを配付する

4 健康増進・過重労働防止に向けた具体的目標（計画）

- 残業時間を前年度の30%減にするための年間計画を立てる
- 社員のスキルアップと欠員対策をかねて業務の配置転換を計画的に行っている

健康経営の実践に向けた土台づくり

	取り組み例
5 管理職及び一般社員それぞれに対する教育機会の設定	●管理職のメンタルヘルスや健康意識を高める研修の実施 ●協会けんぽのメルマガを登録し、健康情報を社員へ周知する
6 適切な働き方の実現	●定時退社日の徹底 ●有給休暇取得目標の設定
7 コミュニケーションの促進	●社員同士の交流の場を増やすため、部署の垣根を超えたチームを編成し、定期的に会社周りの清掃活動を行っている ●テレワークの社員とも連携がとれるようWEB環境を整備して、進捗確認や悩みなどを共有する
8 病気の治療と仕事の両立支援	●年次休暇とは別に傷病(病気)休暇制度を整える ●治療に配慮した休暇制度や勤務制度を整える ●社内相談者や外部の相談窓口の設置(保険の付帯サービスや地域の相談窓口等)

社員の心と身体の健康づくりに関する具体的対策

	取り組み例
9 食生活の改善	●仕出し弁当、自動販売機等のメニュー改善 ●食生活に関する健康情報を休憩室や社員の目につくスペースに掲示したり、回覧する
10 運動機会の促進	●ラジオ体操の実施 ●社外のスポーツクラブと法人会員契約し、社員へ運動の機会を提供している ●ウォーキングアプリを使いチーム戦で社内トーナメントを実施し、社員のコメントを社内報に掲載している
11 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(補助金や休暇など) ●妊娠中の女性に対する業務上の配慮
12 社員の感染症予防	●インフルエンザ、麻しん、風疹等の予防接種費用を会社で負担している ●新型コロナウイルス感染症予防のため、在宅勤務や時差出勤を導入している
13 長時間労働への対策	●休暇取得の勧奨や勤務時間の制限を行う ●管理職による早期帰宅の呼びかけ
14 メンタルヘルス不調者への対応	●産業医等による定期的な面談 ●社内相談者や外部の相談窓口の設置と周知
15 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

16 その他の取り組み(1～15以外の取り組み内容)

さらなる
高みへ！
国も推進！

健康宣言で取り組んでいることが増えてきたら…

健康経営優良法人認定をめざそう！

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。
健康宣言を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。

特に優れた「健康経営」を行う事業所を認定する制度！

健康経営優良法人認定制度の運営・認定は「日本健康会議」が実施しています。「日本健康会議」とは、国民１人ひとりの健康寿命延伸と適正な医療について、民間組織が連携し行政の全面的な支援のもと実効的な活動を行う活動体です。経済団体、医療団体、保険者などの民間組織や自治体が連携しています。

県内の多くの事業所が取り組んでいます！

健康経営優良法人 2021
（中小規模法人部門）
愛知県内事業所の認定法人数
愛知県は全国2位！
927法人
※健康経営優良法人2022は、2022年3月に決定します。

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、健康経営銘柄に選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 ブライト500
健康経営優良法人 Health and productivity

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 必須！
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

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。宛先住所の記入は省略できます。