機密性1

参考資料1

生き活き健康事業所宣言事業所 取り組み状況の調査結果

1．対象　６００事業所
（※令和２年３月３１日までに生き活き健康事業所宣言済みの事業所）

2．実施期間　令和３年４月１６日～令和３年５月２０日

3．回答方法　郵送による回答
（※前橋ウェルネス企業相互認定事業所は一部メールによる回答）

4．総回答数　４９６事業所（回答率：８２.７%）

健康宣言後の取り組み状況について調査した結果をまとめました。
貴社の健康づくりのご参考にしていただきますようお願い申し上げます。

全国健康保険協会 群馬支部
協会けんぽ

健康ベースプラン

生き活き健康事業所宣言では４項目について取り組みます。

健康ベースプランその１：健康診断の実施

健康ベースプランその２：社員・家族の生活習慣改善を支援（特定保健指導の利用）

健康ベースプランその３：社員・家族の二次検査・治療の推奨

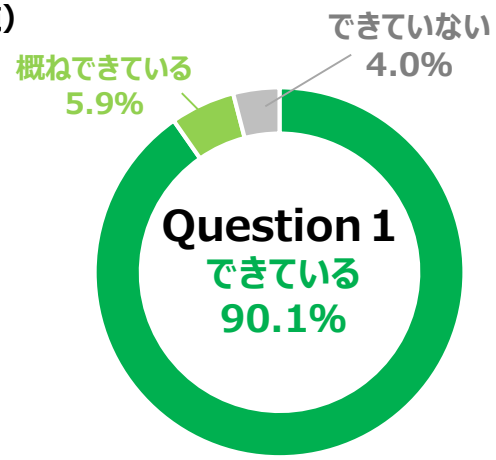
事業所オリジナルプラン

健康宣言後の取り組み状況について、全11項目について調査いたしました。

Question 1 （健康ベースプランその１：健康診断の実施）

法令に従い、社員に対して
「定期健康診断」を実施していますか？

できている	90.1%
概ねできている	5.9%
できていない	4.0%



《生き活き健康宣言事業所が実施する取り組み》

●35歳以上の社員は協会けんぽの「生活習慣病予防健診」を利用する！

⇒ 生活習慣病の予防と早期発見などを目的とした「生活習慣病予防健診」は労働安全衛生法による定期健診に替えることができ、国が推奨する5種類のがん検診が含まれた充実した内容です。

●定期健康診断結果を協会けんぽへ提供する！

⇒生活習慣病予防健診を利用されない場合は、40歳以上の従業員の「定期健康診断」の結果の提供が必要です。法律に基づく個人情報提供のため、個人情報保護法上の問題はありません。
提供いただくことで、特定保健指導の利用（健康ベースプランのその２）へと取り組みが進みます。

《 お役立ち情報 》

健康経営優良法人認定の取得を目指してみませんか？

健康経営優良法人認定制度とは、地域の健康課題に即した取り組みや日本健康会議が進める健康増進の取り組みをもとに、特に優良な健康経営を実践している法人を経済産業省が顕彰する制度です。取得することによって、社員を大切にしている企業だということを外に示すことができ、社会的評価を受けやすくなります。

生き活き健康宣言事業所の皆様には、健康経営の取り組みを進めていただき、健康経営優良法人の取得を目指してみてはいかがでしょうか。
«お役立ち情報»で健康経営優良法人を目指すなら①～⑤で昨年度の評価項目を参考にご紹介します。

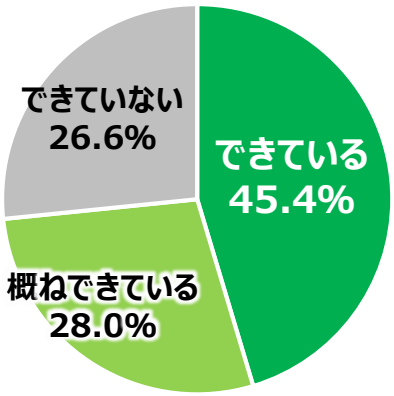
健康ベースプラン

健康診断の実施（扶養家族）

Question 2-1

社員を通じて対象の扶養家族へ周知していますか？

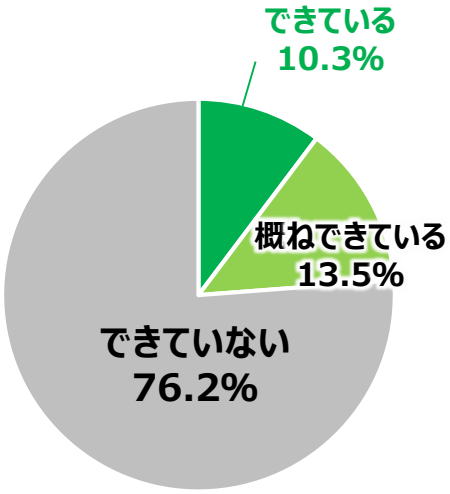
できている	45.4%
概ねできている	28.0%
できていない	26.6%



Question 2-2

社員の扶養家族の受診状況を確認していますか？

できている	10.3%
概ねできている	13.5%
できていない	76.2%



《生き活き健康宣言事業所が実施する取り組み》

●社員の扶養家族に特定健康診査を推奨する！

⇒ 40歳以上の受診対象者には、社員のご自宅に特定健康診査受診券を送付しています。

特定健康診査は、40歳から74歳の被扶養者（ご家族）が対象です。

健診費用は、群馬県内の健診機関の場合、最高でも1600円です。

«受診までの流れ»

①受診券を確認し、希望する健診機関へ予約する。
②受診する。
※受診券と保険証と健診費用をお忘れなく！

☛ご家族が健康でいるからこそ安心して働くことができます。
家族みんなで健診をご利用ください。

黄色い封筒が目印です！

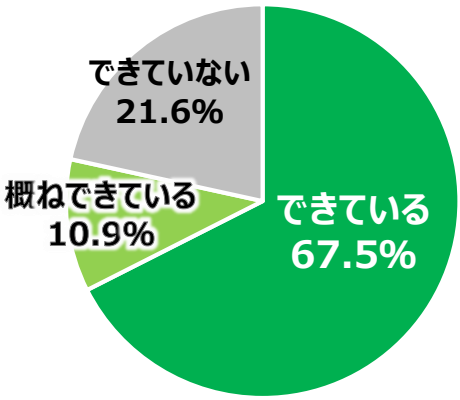
健康ベースプラン

健康ベースプランその2：特定保健指導の利用

Question 3-1

健診の結果、特定保健指導の対象者となった方に保健指導を受けるよう促していますか？

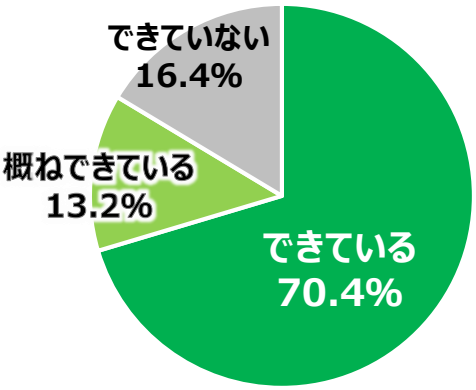
できている	67.5%
概ねできている	10.9%
できていない	21.6%



Question 3-2

特定保健指導のための場所の提供をしていますか？

できている	70.4%
概ねできている	13.2%
できていない	16.4%



特定保健指導：健診結果に基づき生活習慣の改善が必要となった方に保健師や管理栄養士が生活習慣改善のサポートを行います。

特定保健指導は受けないと、企業側にとってのリスクはあるの？

緊急入院や長期療養などで社内の戦力が著しく低下するといったリスクがあります。
「特定保健指導」を受けることで社員が生活習慣病の改善に取り組むメリットを実感し、社内全体の健康意識向上も期待できますので特定保健指導は受けてください。

《 お役立ち情報 》

特定保健指導ＩＣＴ活用へ！

オンラインの面談のメリットは、なんといっても対象者にとっての保健指導への時間的負担の軽減となる点です。また、「わざわざ指導機関へ出向いたりしないため、気軽に参加しやすい」といった声をいただきます。
これまで特定保健指導を実施していなかった事業所の皆様、これを機に検討してみてはいかがでしょうか。費用的負担もゼロです。※通信料はかかります。

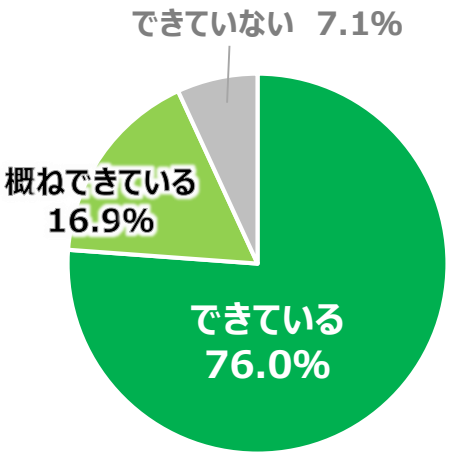
健康ベースプラン

その3：二次検査･治療の推奨

Question 4-1

健診の結果を確認し、必要な方へ受診指導していますか？

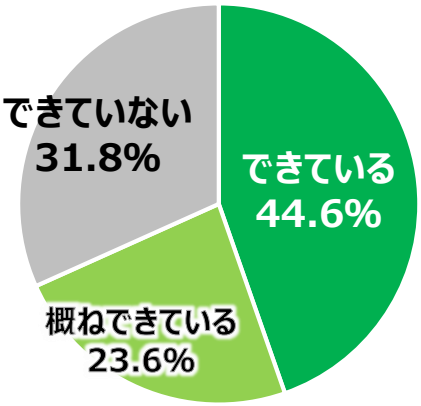
できている	76.0%
概ねできている	16.9%
できていない	7.1%



Question 4-2

受診したかどうかを後日確認していますか？

できている	44.6%
概ねできている	23.6%
できていない	31.8%



《生き活き健康宣言事業所が実施する取り組み》

●健診の結果で再検査や治療が必要な方に受診をすすめる！

⇒健診の結果等で、再検査や要治療の項目があった場合、「無症状」や「多忙」「不安」を理由に病院へ受診せず放置されているケースがあります。健診は受けた後が肝心です。重症化を予防するためにも、健診後のお声がけをお願いします。

《 お役立ち情報 》

健康経営優良法人認定を目指すなら①

健康経営優良法人認定において、健診後の「受診勧奨の取り組み」は評価項目のひとつになっています。

[評価項目]

●定期健診の結果、再検査や精密検査が必要とされた従業員に対して受診を促すための取り組み、または制度があるか。または、がん検診など、任意検診の受診を促す取り組みまたは制度があるか。

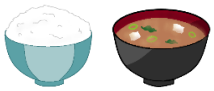
※詳しくは経済産業省ＨＰをご覧ください。

事業所オリジナルプラン（食事）

健康経営において取り組むべき項目のひとつが「食生活の改善」です。

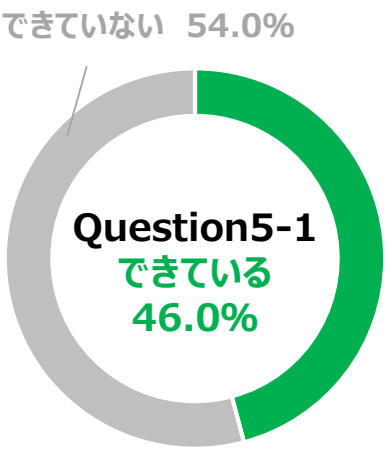
食生活の改善は、社員の健康に直結する取り組みです。社員の食生活を整えることで、病気予防や仕事効率の向上が期待できます。健康意識の向上のためにも企業が積極的に推進することが大切です。

Question 5-1



食生活の改善に向けた取り組みを行っていますか？

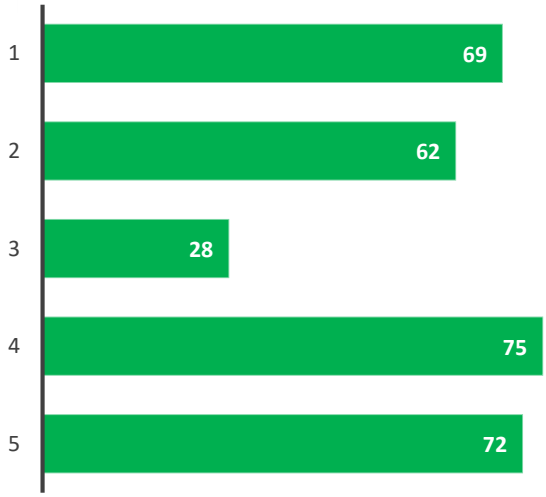
できている	46.0%
できていない	54.0%



Question 5-2

具体的な取り組み事例にについて（複数回答）

1	ヘルシーな仕出し弁当へ切り替えている
2	社内で使用するしょうゆなどを減塩商品に変更している
3	社内で定期的な休甘日を設定している
4	１日当たりの食塩摂取量や野菜の摂取量を周知している
5	その他：（例）昼食をとる時間が毎日同じに設定されている



健康な体は、仕事効率にも大きく影響します。食生活の改善で健康な心身の保持や増進が期待できます。従業員の健康意識の向上のため、「カロリー表示や栄養素情報」の掲示もおすすめです。

《 お役立ち情報 》

健康経営優良法人認定を目指すなら②

健康経営優良法人認定の評価において、従業員の心と身体の健康づくりに向けた具体的対策として「食生活改善に向けた取り組み」が求められています。

[評価項目]

●従業員の健康課題に基づき、従業員の食生活の改善に向けた普及啓発などの取り組みを継続的に行っているか。

※詳しくは経済産業省ＨＰをご覧ください。

事業所オリジナルプラン（運動）

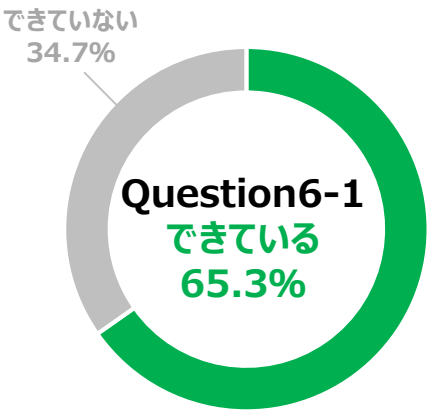
健康経営において取り組むべき項目のひとつが「運動機会の増進に向けた取り組み」です。

企業が運動を推奨することで、社員の運動習慣の定着化や健康意識の向上が期待できます。

Question 6-1

運動機会の増進に向けた取り組みを行っていますか？

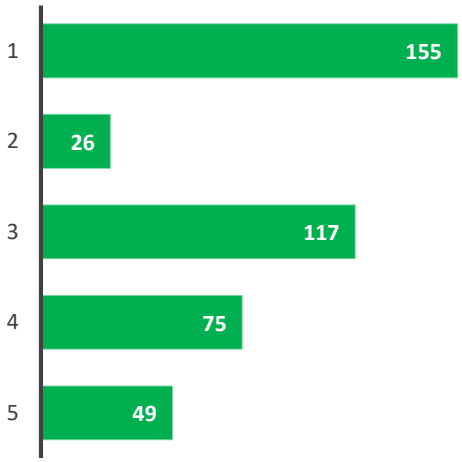
できている	65.3%
できていない	34.7%



Question 6-2

具体的な取り組み事例にについて（複数回答）

1	始業前などにラジオ体操を実施している
2	昼休みを利用したウォーキング習慣をつくっている
3	社内階段の利用を推奨している
4	運動イベントの企画や参加をしている
5	その他：（例）日常生活でのウォーキング習慣の推奨をする



《 お役立ち情報 》

「G-WALK＋」で健康づくり！

G-WALK＋（ジーウォークプラス）は、県民（群馬県在住、在勤、在学）の皆様の日々の健康づくりをサポートする群馬県公式アプリです。毎日の健康づくりの取り組みでポイントが貯まり、抽選で特典と交換することができます。社内の健康づくりに、ぜひご活用ください！

詳しい情報はＨＰへ

ジーウォークプラス　検索

事業所オリジナルプラン（休養）

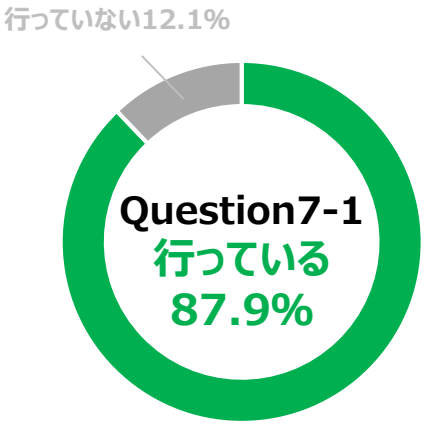
健康経営において、取り組むべき項目のひとつが「働き方」です。

長時間労働者への対応に関する取り組みとともに、社員が働きやすい快適な職場環境づくりをすることで、社員の健康改善または維持が期待できます。

Question 7-1

適切な働き方の実現に向けた取り組みを行っていますか？

行っている	**87.9%**
行っていない	**12.1%**



Question 7-2

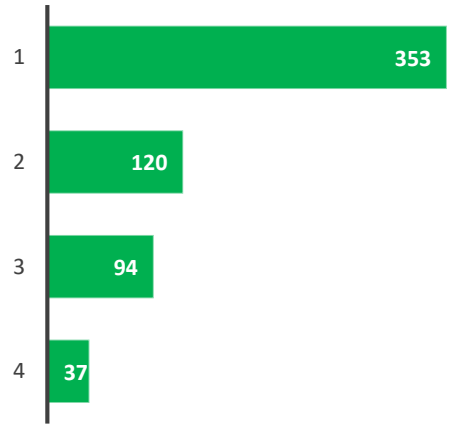
具体的な取り組み事例にについて
（複数回答）

1　社内で相互に挨拶を実施している

2　ノー残業デーを定期的に設定し実施している

3　みんなが参加できるレクリエーションを企画している

4　その他：（例）有給休暇が取りやすいように配慮している



☛**長時間労働**を発生させないための、具体的な施策が必要です！

《 お役立ち情報 》

健康経営優良法人認定を目指すなら③

健康経営優良法人認定の評価において、「適切な働き方実現に向けた取り組み」は健康経営の実践に向けた基礎的な土台づくりとワークエンゲイジメントとして、項目があります。

[評価項目]

●組織として、時間外勤務の縮減や有給休暇の取得促進など、仕事と家庭生活の両立に向けた環境づくりのための取り組みを継続的に行っているか。

※詳しくは経済産業省ＨＰをご覧ください。

事業所オリジナルプラン（嗜好品）

健康経営において、取り組むべき項目のひとつが「受動喫煙対策」です。

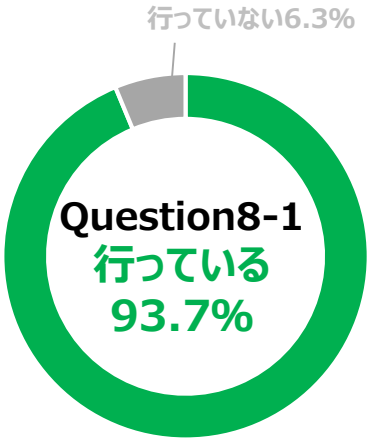
2020年4月から職場での取り組みが義務化されました。

生き活き健康宣言事業所様も多く取り組んでいる項目です。

Question 8-1

受動喫煙対策に関する取り組みを行っていますか？

行っている	93.7%
行っていない	6.3%



Question 8-2

具体的な取り組み事例にについて（複数回答）

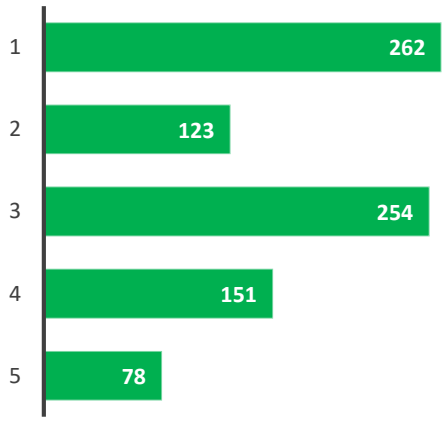
1　社用車を禁煙にしている

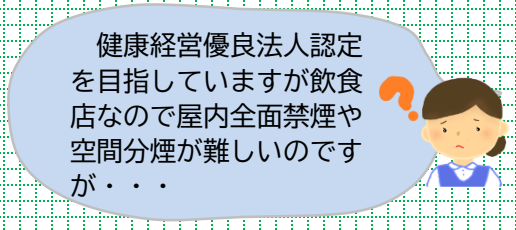
2　就業時間内は全面禁煙を実施している

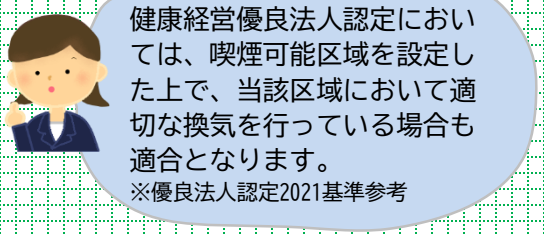
3　喫煙室を設置し空間分煙を行っている

4　敷地内禁煙を実施している

5　その他：（例）社内禁煙、屋外に喫煙場所を設置している







《 お役立ち情報 》

健康経営優良法人認定を目指すなら④

健康経営優良法人認定においては、以下のいずれかを行っていることが必須要件です。

●従業員の受動喫煙防止に向け、すべての事業場において

①敷地内禁煙

②屋外喫煙所の設置（屋内全面禁煙）

③喫煙室の設置（空間分煙）

喫煙室などにおいては、非喫煙場所にたばこの煙が漏れないような措置を講じている必要があります。

※詳しくは経済産業省ＨＰをご覧ください。

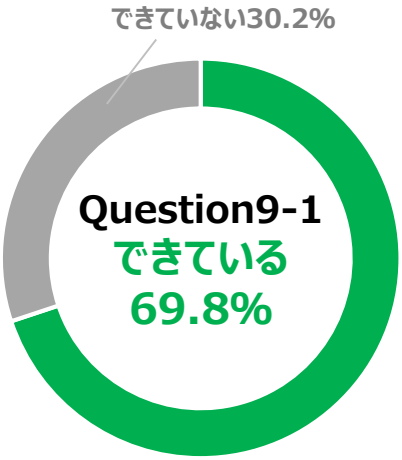
事業所オリジナルプラン（環境）

健康経営において取り組むべき項目のひとつが「健康増進に向けた環境づくり」です。従業員ひとりひとりの健康への関心が高くなれば、それだけ企業全体の健康増進が期待できます。

Question 9-1

社内で健康に関する情報周知や健康管理の推奨をしていますか？

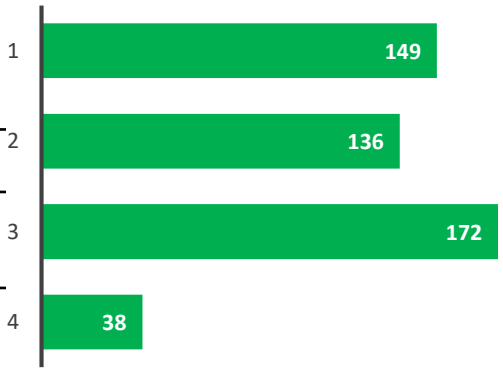
できている	69.8%
できていない	30.2%

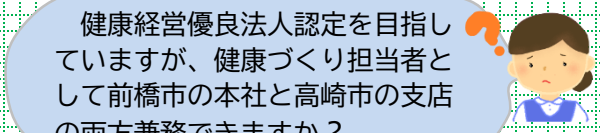


Question 9-2

具体的な取り組み事例にについて
（複数回答）

1	協会けんぽのメールマガジンを登録し、社内で情報を周知している
2	食後の歯磨きを推奨している
3	体重計・血圧計・体組成計を設置している
4	その他：（例）「毎日の検温と健康チェック」や「毎月の健康情報誌の配布している





健康経営優良法人認定を目指していますが、健康づくり担当者として前橋市の本社と高崎市の支店の両方兼務できますか？

健康経営優良法人認定においては原則として、各事業場ごとに、その事業場に勤務している人の中から健康づくり担当者を決めます。よって、前橋市本社で勤務している人は、高崎市の支店の健康づくり担当者にはなれません。
※優良法人認定2021基準参考

《 お役立ち情報 》

健康経営優良法人認定を目指すなら⑤

健康経営優良法人において、健康づくり担当者の設置は必須の認定の要件です。健康づくり担当者とは、従業員の健康管理（健康診断や保健指導、特定保健指導の連絡窓口等の実務）の担当者です。衛生管理者や総務部の担当者の他、協会けんぽの健康保険委員等が適合となります。

※詳しくは経済産業省ＨＰをご覧ください。

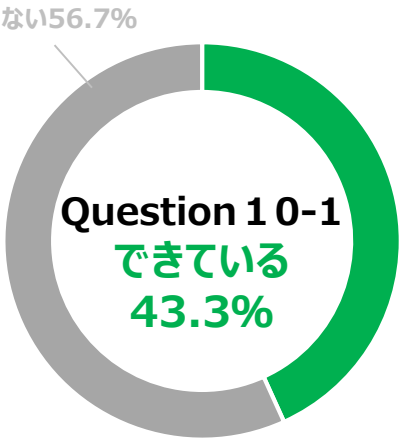
事業所オリジナルプラン（メンタル）

健康経営において取り組むべき項目のひとつが「メンタルヘルス対策」です。メンタルヘルスの不調から重大な病気を引き起こしたり、離職や休職にも繋がる可能性もあるため、早期発見と早期対策が重要となります。

Question 10-1

メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組みを行っていますか？

できている	43.3%
できていない	56.7%



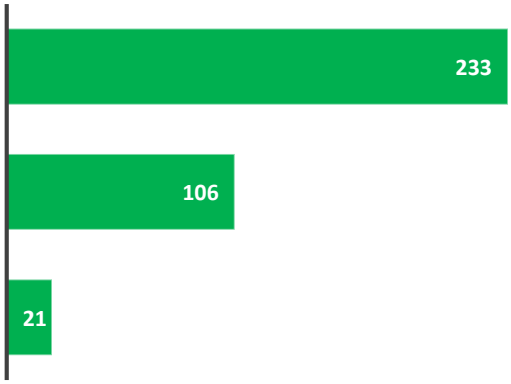
Question 10-2

具体的な取り組み事例にについて
（複数回答）

1　社内の相談窓口や担当者を設置している

2　メンタルヘルスに関する情報提供や研修を行っている

3　その他：（例）保険会社の健康経営サポートを利用、産業医による面談の実施



Question 10-3

オリジナルプランとして特に力をいれている取り組みがありますか？

・敷地内で無農薬野菜を栽培し、収穫した野菜を職員に昼食等で提供
⇒社員様も楽しく美味しく健康になって良いこと尽くしですね。

・体重の増減により、年に一度の表彰の授与
・自主的な運動推進のため表を作成し、年に一度の表彰授与
⇒社員様のモチベーション向上になり、健康度アップが期待できますね。

・管理栄養士による食事摂取時の栄養バランスに特化した講義（15～20分）を月１回、各部署の責任者に向けて実施。
⇒経営者や上司が健康を考えてくれるという環境は、社員様も安心して働けますよね。健康意識は伝わっていきます。講義はハードルが高いという場合は朝礼でのひとことで等、できることから始めましょう。

健康応援メニュー

生き活き健康事業所宣言事業所様が無料で利用できる健康応援メニューです。

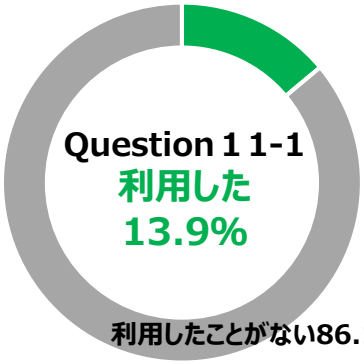
高いパフォーマンスを実現するためにも「健康を意識しやすい環境づくり」をしているのかが重要です。

社員の健康意識の向上や運動習慣のきっかけづくりにぜひ、健康応援メニューを活用ください。

Question 1 1-1

健康セミナーの講師無料派遣を利用したことがありますか？

利用した	13.9%
利用したことがない	86.1%



知らなかった	28.6%
利用方法がわからない	9.8%
協会けんぽ以外を利用し実施	8.4%
その他（どれにもあてはまらない）	33.0%
未回答	20.2%

《 研修テーマは多種ございます 》

①「血管を守る食習慣」

②「しなやかな血管をつくる運動習慣」

③「健康的に楽しむアルコール」

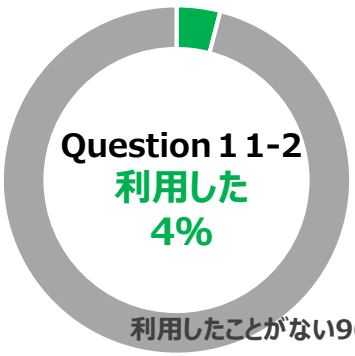
④肩こり、腰痛予防　など

⇒その他、貴社の課題に合わせた研修テーマをご用意いたします。

Question 1 1-2

活動量計の貸し出しについて利用したことがありますか？

利用した	4.0%
利用したことがない	96.0%



知らなかった	42.4%
利用方法がわからない	10.7%
協会けんぽ以外を利用し実施	2.5%
その他（どれにもあてはまらない）	23.7%
未回答	20.7%

《 活動量計貸与の申し出方法 》

①申込書をＦＡＸまたは郵送にて提出する。

⇒必要個数、利用期間等を記入します。

②活動量計貸与

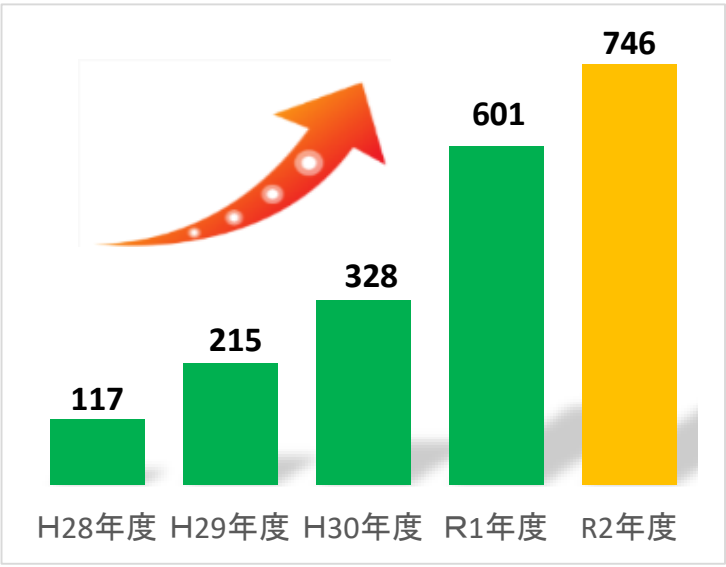
⇒ご利用後に、活動調査結果を踏まえて保健師等の専門職から個別にフィードバックしますので運動習慣改善にお役立てください。

高まる企業の健康経営への関心

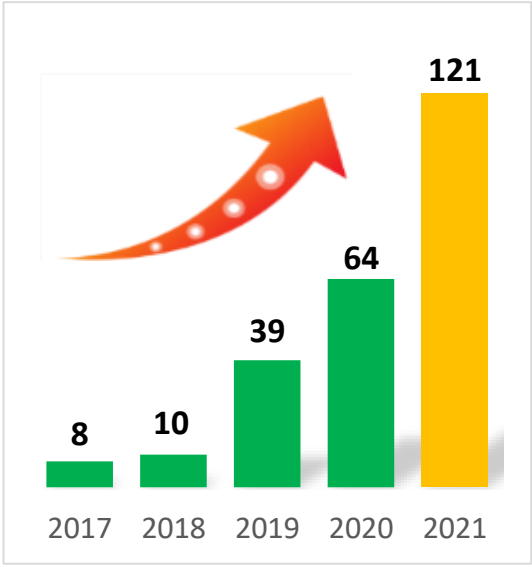
健康宣言事業所数は746社（2021年3月末）と開始当初のり7倍に増加しております。

また、健康経営優良法人認定2021は121法人、前年度の64法人から約2倍に増加しております。

健康事業所宣言数の推移



健康経営優良法人認定数の推移
（群馬支部加入企業）



生き活き健康事業所宣言へのエントリー事業所が

８９５社に到達しました！（令和3年7月末）

企業成長は健康な職場から・・・。
健康経営は単なる健康づくりではありません。
法令遵守、人事労務管理、生産性を意識することで
企業の持続的な発展に寄与します。
ぜひ、協会けんぽ群馬支部と一緒に取り組みを進めて
いきましょう。

取り組み状況調査にご協力いただきましてありがとうございました。
今回の調査結果を今後のフォローアップの参考とさせていただきます。