

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
健診等	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？	<input type="checkbox"/> 100%（20点） <input type="checkbox"/> 80～99%（10点） <input type="checkbox"/> 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？	<input type="checkbox"/> 協会けんぽの生活習慣病予防健診を利用している（5点） <input type="checkbox"/> 定期健診のデータ提供にかかる同意書を協会けんぽに提出している（5点） <input type="checkbox"/> 定期健診のデータ提供にかかる同意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？	<input type="checkbox"/> 取組を実施している（2点） <input type="checkbox"/> 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？	<input type="checkbox"/> 実施している（8点） <input type="checkbox"/> 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
健診結果の活用	⑤ 健診結果が、「要医療」「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？	<input type="checkbox"/> 実施している（15点） <input type="checkbox"/> 未実施（0点） 例）対象者への個別声掛け 精密検査に要する時間の出勤認定	_____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？	<input type="checkbox"/> 特定保健指導を実施している、又は対象者がいない（15点） <input type="checkbox"/> 特定保健指導を実施していない（0点）	_____点
健康づくり環境	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？	<input type="checkbox"/> 登録している（3点） <input type="checkbox"/> 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？	<input type="checkbox"/> 実施している（3点） <input type="checkbox"/> 未実施（0点） 例）協会けんぽの健康づくり講座の受講	_____点
感染症対策	⑨ 従業員の感染症予防対策の取組みを行っていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している（5点） <input type="checkbox"/> 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
過重労働防止	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？	<input type="checkbox"/> 実施している（3点） <input type="checkbox"/> 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
食	⑪ 従業員の飲み物や食生活に関する取組みを行っていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している（3点） <input type="checkbox"/> 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みを継続的にを行っていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している（3点） <input type="checkbox"/> 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？	<input type="checkbox"/> 実施している（3点） <input type="checkbox"/> 未実施（0点） 例）敷地内禁煙 建物内完全文苑	_____点
	⑭ 喫煙者に対して禁煙推奨を行っていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している（3点） <input type="checkbox"/> 未実施（0点） 例）喫煙場所への禁煙推進ポスター貼付 禁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？	<input type="checkbox"/> 実施している（3点） <input type="checkbox"/> 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？	<input type="checkbox"/> 実施している（3点） <input type="checkbox"/> 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？	<input type="checkbox"/> 「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） <input type="checkbox"/> 実施していない（0点）	_____点

健康つうしんぼ※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。

※健康つうしんぼ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定期的にお送りしています。

小計 _____点

合計 _____点