

令和7年度版

社員の健康づくり スタートガイド

人材確保で
悩んでいる
事業所様へ



健康づくり文化創造
シンボルキャラクター
「げんきトリピー」

企業づくりは人づくりから！
2025年問題を乗り越えるカギは
「健康経営」

「健康経営マイレージ事業」参加事業所



鳥取県内で
約2,300社が健康経営に
取り組んでいます！

*令和7年1月末現在

※「健康経営®」は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

〈作成〉



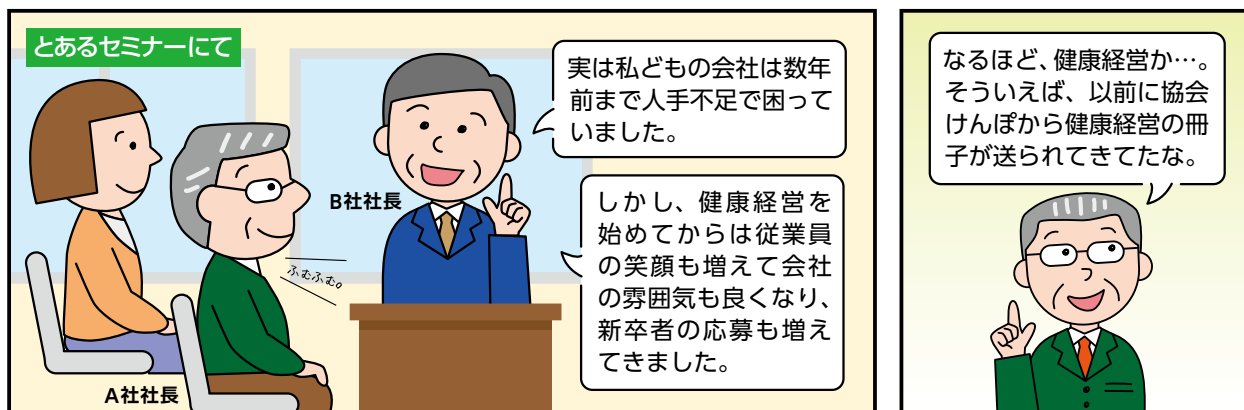
健康政策課：0857-26-7202



全国健康保険協会 鳥取支部
協会けんぽ

健康経営係：0857-25-0050（音声案内：④）

「健康経営」との出会い



「健康経営[®]」とは

企業が従業員の健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践する「**健康増進に積極的に取り組む企業経営**」のことです。

健康経営に取り組むと…

生産性の向上

従業員のモチベーションの向上・欠勤率の低下により生産性がUPします。



企業のイメージアップ

従業員の職場に対するイメージが向上し、対外的にも働きやすい会社であることをアピールできます。



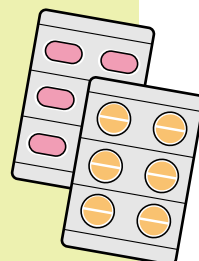
リスクマネジメント

健康状態を良好に保つことで労災や事故発生を予防し、病気休職者による欠員のリスクを回避できます。



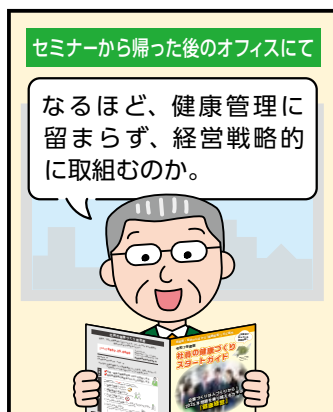
医療費等の負担軽減

従業員の健康増進により医療費の支出が抑制され、将来的に保険料の負担軽減に繋がります。



「健康経営」は従業員の健康保持や増進に対して中長期的に投資することにより、経営面で**大きなメリット**を得ることができます。

わが社のこれからは…



構造的人手不足



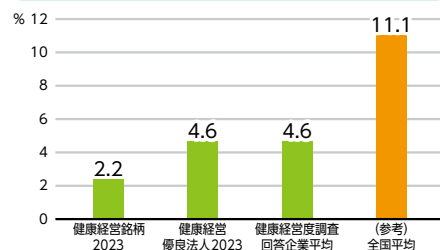
シミュレーションモデルは労働政策研究・研修機構「労働力需給の推計—労働力需給モデル（2018 年度版）による将来推計—」の方法を参考にリクルートワークス研究所が構築。シミュレーションは「需要ブロック」「供給ブロック」「需給調整ブロック」で構成され、2019 年以前の実績データから将来の予測式を導出。需要ブロック：各産業での生産額、賃金、労働時間等から就業者数の変化率を推計。供給ブロック：性・年齢階級別（女性是有配偶・無配偶別）に労働力率を推計。労働力率に影響する変数には失業率、進学率、実質賃金など様々なものがあり、対象ごとに異なる組み合わせで予測式を導出。得られた労働力率を将来人口推計に乗じることで労働力人口を推計。需給調整ブロック：有効求人倍率から失業率、賃金上昇率を推計。

健康経営と就活生の関係

- 就活生及び転職者に対するアンケートを実施し、企業が健康経営に取り組んでいることが就職先の決め手になると約 6 割が回答。
- 求職者が働く職場に望むもののトップは、心身の健康を保ちながら働けることであり、多様な価値観を持つ働く世代において健康経営が重要な要素となっていることがわかる。



健康経営銘柄、健康経営優良法人における離職率

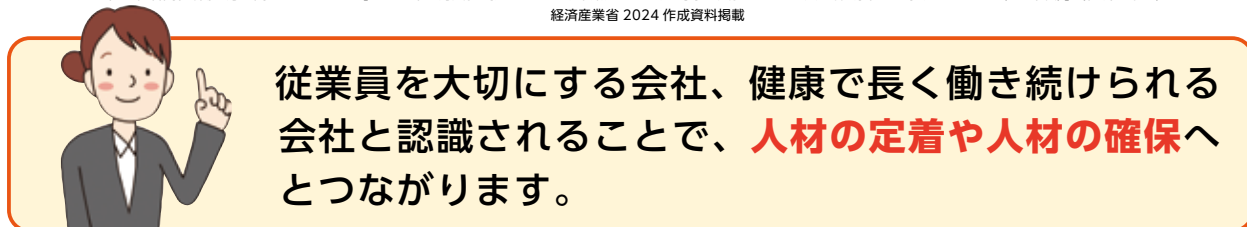


※ 離職率の全国平均は「厚生労働省 2021 年（令和 3 年）雇用動向調査」に基づく。（ただし健康経営度調査の回答範囲と異なる可能性がある）

※ 離職率＝正社員における離職者数／正社員数を各社ごとに算出し、それぞれの企業群で平均値を算出

※ なお、離職率に関する設問は健康経営度調査の評価には含まれていない。

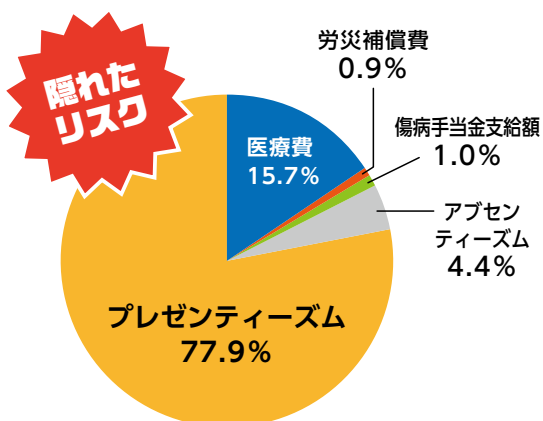
出典：「健康経営の推進について（R5 年度）」（経済産業省）



健康経営のメリットとは？



健康関連のコスト（損失）内訳



アブセンティズム

病気や体調不良などにより従業員が会社を欠勤している状態（による損失）



プレゼンティズム

出勤はしているが、心身の不調により十分なパフォーマンスが発揮できず、業務遂行能力や生産性が落ちてしまう状態（による損失）

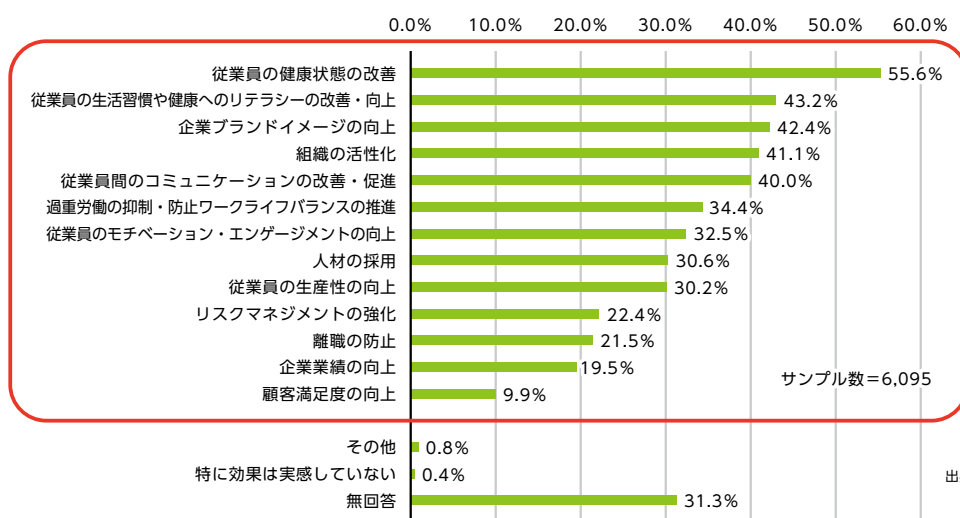


出典：東京大学政策ビジョン研究センター健康経営研究ユニット（2016）
「健康経営評価指標の策定・活用事業成果報告書」

出勤はしているので目に見えにくいですが、実は体調や気持ちが悪くない状態で仕事をするによる損失は、病気等で欠勤するよりも非常に大きく、一人当たり年間で約100万円の差異があると考えられています。

健康経営を推進する企業が実感する効果

健康経営に取り組むことでどのような効果を実感していますか？



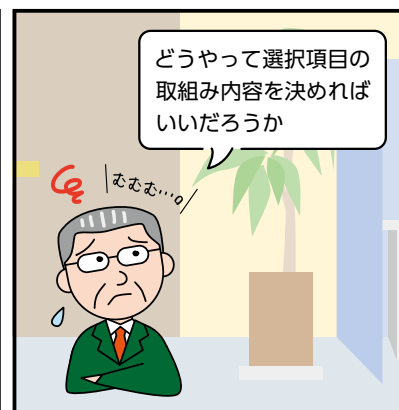
多くの企業が効果を実感しており、健康状態の改善、イメージの向上、組織の活性化・生産性向上、人材採用・離職防止、業績の向上など、様々な効果があります。

出典：健康経営の推進及び「健康経営銘柄 2021」
「健康経営優良法人 2021」について
（経済産業省ヘルスケア産業課）



従業員が健康な会社とそうでない会社、どちらの生産性が高いと思いますか？もちろん健康な従業員が多い会社ですね！

従業員の健康度UPのために何をする？



健康づくり宣言時には、事業所ごとに取組んでいただく目標を設定いただけます。

目標には、全事業所にと組んでいただく「**必須項目**」と、5つのプランから自社の現状に合った目標を一つ以上選んでいただく「**選択項目**」があります。

※「**選択項目**」のプランは複数選択可能です。

必須項目

- ☒ 社員・職員の健康受診率100%を目指します。
- ☒ 特定保健指導の実施率50%以上を目指します。



選択項目

- ☐ 食事の見直しプラン
- ☐ 運動習慣の定着プラン
- ☐ たばこ対策プラン
- ☐ メンタルヘルス対策・ワークライフバランスプラン
- ☐ オリジナルプラン

選択項目ってどうやって選べばいいの？

まずは御社の健康課題を考えてみてください。その課題に該当する内容の選択項目を選びましょう。

思い浮かばない場合、何にしようか悩む場合には、**P8～10の健康づくりメニュー項目**を参考にしてみてください。みんなやってる度の★が多いものは、多くの事業所様が取組まれておられる項目ですので、比較的に取り組みやすい項目です。第一歩を踏み出すためには、取り組みやすい項目を選択することも一つの方法です。

階段使用の励行はどうか？すぐに始められるし費用もかからない！



運動習慣の定着
プランに決定！

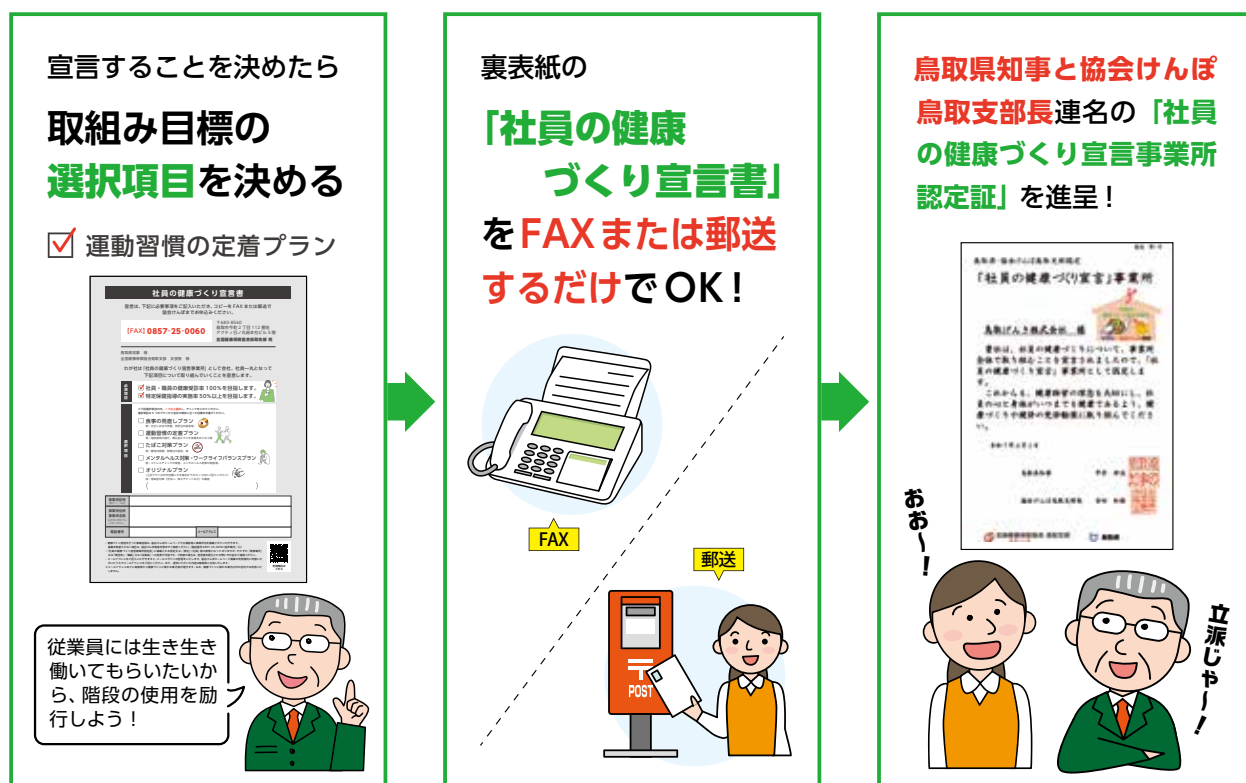


それぞれ事業所によって、課題は色々だと思います。従業員の方々からの意見も取り入れてみてください。新たな課題発見につながるかもしれません。

いざ、「健康経営」をスタート！

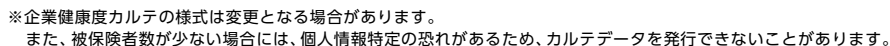


「健康経営」は、事業主みずから、
“社員の健康づくりに取組むこと”を
 社内外に宣言することからスタートします！

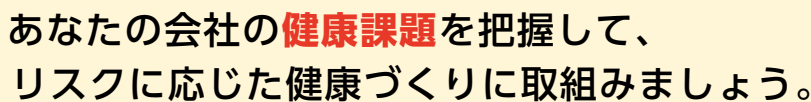


まずは**「社員の健康づくり宣言書」**を協会けんぽにご提出ください。認定証の他にも事例集などをお送りいたします。御社の健康経営の取組みの参考にしてみてください。

「企業健康度カルテ」で会社の健康度をチェック！

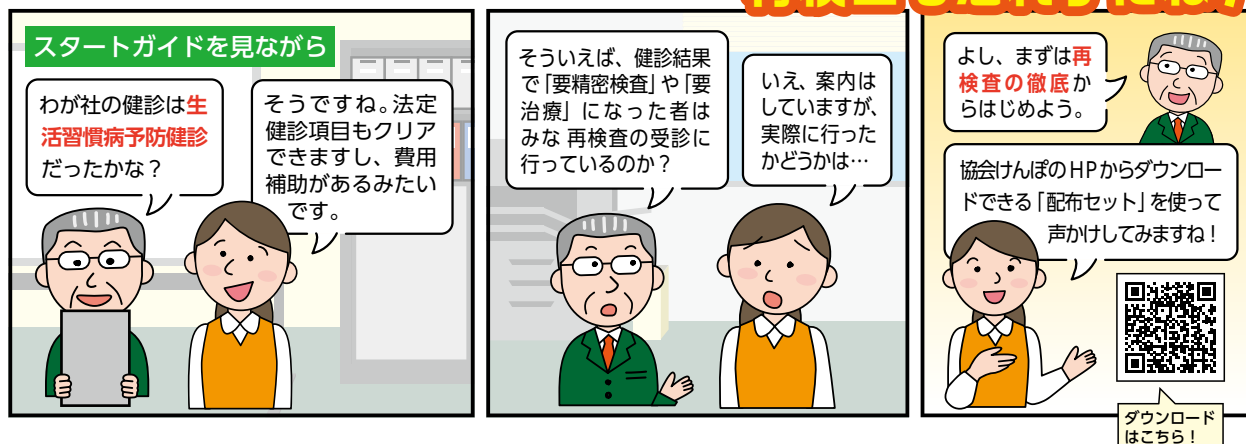


- 自社の健康度を県平均や同業種の平均と比較することができます。
- 健康度の変化の推移を確認することができます。
- **健康リスクが高い項目＝社員の健康管理で力をいれたほうがよいポイントです。**



健診は生活習慣病予防健診を！

再検査も忘れずにね！



「生活習慣病予防健診」とは

協会けんぽの35歳～74歳の被保険者を対象とした健診です！

メリット ①	検査項目が 充実！	メリット ②	費用補助 あり！	メリット ③	無料の健康づくり サポートあり！	特定保健 指導

		定期健診（法定健診）	協会けんぽの生活習慣病予防健診
検査項目	労働安全衛生法上の定期健診項目 (肺がん検診含む)	○	○
	胃がん検診	×	○
	大腸がん検診	×	○
	乳がん検診 子宮頸がん検診	×	○
自己負担額		鳥取県内の平均価格 約 8,500円 ※ 健診機関により異なります	約 18,000 円相当が ▶ 5,282 円 〈乳がん・子宮頸がん検診は別途費用がかかります。(費用補助あり)〉

年に1回は必ず
「生活習慣病予防健診」を
受診し、体の状態をチェック
しましょう！

健診の未受診または
再検査等を放置すると

体だけでなく
経済的にも大きな負担が…

例 高血圧に糖尿病が加わり、
人工透析が必要となった場合、
医療費は **年間約 500万円**
かかります。

参考：厚生労働省「医療給付費実態調査 平成27年度」
医療費は、おおよその目安となります。



内容充実の「生活習慣病予防健診」で早期発見につなげ
ましょう。また、再検査が必要な従業員にはしっかり声
掛けをしましょう！

会社で取り組める「健康づくり」を提案します



ここからは、健康づくり宣言事業所が取り組んでいるメニューをテーマごとに掲載しておりますので、参考にしてください。

※リニューアルに伴い、一部メニューの文言が変更されております

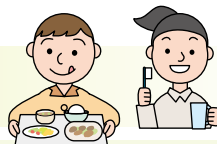
(令和6年度の実績報告 1,255 件のうち)

500 社以上が実施 … ★★★ / 300 社以上 … ★★ / 100 社以上 … ★

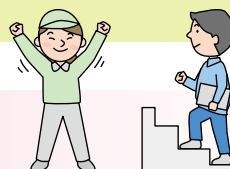
健康づくり基本メニュー

		取組 ポイント	みんな やってる度
1-1	経営者が協会けんぽ・鳥取県に対して「社員の健康づくり宣言」を行っている。	10	★★★
1-2	経営者が従業員に対して「従業員を大切にしている」ことを表明している。(宣言書の掲示など)	5	★★
1-3	協会けんぽの「健康保険委員」に登録している。	10	★★★
1-4	社内に「健康づくり担当者」を設けている。	5	★★
1-5	健康づくりの取り組みをホームページや SNS 等を活用し、発信している。	5	★★
1-6	個人ごとに健康づくり目標を決め実行し、達成度合いを確認している。	15	
	● 経営者・担当者が健康づくりの啓発を行っている。		
1-7	▶ 朝礼・ミーティング・社内報などで健康づくり等の呼びかけを行っている。	3	★★
1-8	▶ 健康づくりを啓発するポスターの掲示を行っている。	2	★★
1-9	▶ 健康に関するリーフレットの配布・設置を行っている。	2	★★
1-10	経営者自らが率先して健康診断を受診し、健康管理に努めている。	10	★★★
1-11	健康診断を受けやすい環境を整備している。(休暇の付与・バス健診車の手配)	10	★★★
	● 従業員の健診受診や病気の予防を促進している。		
1-12	▶ 定期健康診断の結果データを協会けんぽに提供または提供依頼書を提出している。	15	★★★
1-13	▶ 35 歳以上の従業員は生活習慣病予防健診を受診している。(対象者の半数以上)	15	★★★
1-14	▶ 健診未受診者がいないか担当者が確認を行い、未受診者には受診勧奨を行っている。	15	★★★
1-15	▶ 要再検査者(要治療者)などに対する受診促進と受診確認を行っている。	10	★★★
1-16	▶ 協会けんぽの特定保健指導の受入応諾を行っている。(対象者がいない場合、受入意志がある場合を含む)	10	★★★
1-17	▶ 協会けんぽの特定保健指導対象者の 70% 以上が初回面談を行っている。(対象者がいない場合も含む)	15	NEW!
1-18	▶ オプション健診(ドック・乳がん・子宮頸がん・前立腺がん検診等)の費用補助をしている。	15	★★
1-19	▶ 感染症(インフルエンザ・新型コロナウイルス等)の予防接種を会社単位で実施または費用補助を行っている。	10	NEW!
1-20	▶ 熱中症予防などの季節的対策を行っている。	7	★★★
1-21	従業員の家族に対して健診の受診勧奨を行っている。	10	★

栄養・食事・口腔部門メニュー



		取組 ポイント	みんな やってる度
2-1	従業員に朝食をとることを奨励している。	10	★★
2-2	仕出し弁当や食堂について、糖分・塩分に配慮したメニューにしている。	7	★
2-3	設置型の社食サービス（健康に配慮したもの）を利用している。	15	NEW!
2-4	食事の際、野菜（サラダ等）や果物の摂取を推奨している。	5	★★
2-5	甘味飲料の制限など就業中の飲み物に配慮している。	5	★
2-6	従業員が自由に利用できるウォーターサーバーなどを設置している。	5	★★
2-7	休肝日などを設定し、アルコールの過剰摂取に配慮している。	5	
2-8	協会けんぽホームページ（メールマガジン）のレシピなどを従業員に周知している。	5	★
2-9	歯科検診の実施・費用補助をしている。	10	★
2-10	食後の歯磨き実施を推奨している。（1日3回以上）	10	
2-11	職場のデンタル環境を整備する。（歯ブラシ・フロス等を支給する、洗口液の設置等）	15	
2-12	歯科医院へ通院しやすい配慮を行っている。（検診、治療）	10	NEW!



運動部門メニュー

		取組 ポイント	みんな やってる度
3-1	階段の使用を励行している。（エレベーターの使用を控える、2 アップ 3 ダウン運動など）	5	★
3-2	勤務前・お昼過ぎなどにラジオ体操・ストレッチを実施している。	5	★★
3-3	ウォーキングイベントに事業所単位で参加者を募集し、参加している。	5	
3-4	アプリ導入・歩数計貸与等、歩くことへの意識づけを行っている。	7	
3-5	スポーツジム等の法人契約を行っている。	8	
3-6	体操教室・ヨガ教室・ロコモ予防教室への参加を促進している。	10	
3-7	年に1回社内体力測定を行っている。	15	
3-8	運動会・ウォーキングイベントを開催している。	15	
3-9	運動強化週間・月間などを設定している。	10	
3-10	マイカー通勤から自転車通勤への変更を奨励している。	10	
3-11	近場出張の際の自転車使用または徒歩での移動を推奨している。	7	



メンタルヘルス部門メニュー

		取組 ポイント	みんな やってる度
4-1	疲労やストレスなどの悩みを相談できる相談室や相談員を設置し、従業員に周知している。	8	★
4-2	疲労やストレスなどの悩みを相談できる外部機関について従業員に周知している。（こころの耳など）	5	★
4-3	誰もが利用できる休憩室を設置している。	7	★★★★
4-4	1日6時間以上の睡眠をとるよう従業員に呼びかけを行っている。	5	★
4-5	従業員間のコミュニケーション向上の親睦会・レクリエーションを実施している。	10	★★
4-6	経営者、従業員全員がメンタルヘルス研修を受講している。	7	
4-7	ストレスチェックを実施している。	8	★
4-8	ストレスチェック後の面接指導などを実施している。	10	★
4-9	ストレスチェック後の集団分析結果を用いた職場環境改善を実施している。	10	
4-10	メンタルヘルス不調で休職した従業員の復職支援を実施、または備え（マニュアル策定など）がある。	10	★
4-11	上司・部下の定期的な面談等を実施し、相談がしやすい環境をつくっている。	7	★★



職場環境整備部門メニュー

		取組 ポイント	みんな やってる度
5-1	スマホアプリや社内システムなどを活用し、従業員の健康づくり管理等を行っている。	12	
5-2	快適な職場環境の整備（整理・整頓・清潔・掃除・しつけ、の5S活動）に努めている。	7	★★★
5-3	衛生委員会（またはそれに代わるミーティングなど）を毎月実施している。	5	★
5-4	血圧計・体組成計など従業員が自由に使える測定器を設置している。	5	★★
5-5	昼休憩以外のリフレッシュタイムを設けている。	5	★★
5-6	急な仕事が入っても、シフト変更等で従業員が休憩時間を取れるように配慮している。	5	★★★
5-7	事業継続計画、感染症防止対策などの対応マニュアルを策定している。	5	★★
5-8	長時間労働を抑制する仕組みをつくっている。（ノ残業デーの設定・勤務時間インターバルの導入など）	7	★★
5-9	経営者が従業員の有給休暇の取得を奨励している。	7	★★★
5-10	時間単位の有給制度を導入している。	5	★★★
5-11	再診に要する時間の「出勤認定」や特別休暇認定を行っている。	10	★★★
5-12	病気等で療養中の従業員が通院等しやすい環境整備に努めている。（休暇の付与等）	10	★★★
5-13	敷地内禁煙を実施している。	12	★★
5-14	たばこの健康影響についての研修など、喫煙者を減らす取組みを行っている。	12	★
5-15	喫煙者を減らす取組みの結果、禁煙に成功した従業員がいる。（最大4名までポイント加算）	3×人数	★
5-16	禁煙時間・禁煙日・禁煙ウィーク・禁煙月間などを設定している。	5	
5-17	社長自ら禁煙を宣言し実行している。	5	★★
5-18	社用車の禁煙を実施している。	6	★★★
5-19	禁煙外来などの利用を支援している。（県の卒煙支援推進事業補助金など）	7	
5-20	在宅勤務、時短勤務、フレックスタイム制度などの柔軟な働き方制度を導入している。	5	NEW!

その他健康づくりメニュー



		取組 ポイント	みんな やってる度
6-1	協会けんぽの「公式 LINE」に登録している。	5	NEW!
6-2	協会けんぽの「メールマガジン」に登録している。	5	★★★
6-3	鳥取県や市町村の「健康マイレージ」※を社員に案内している。 ※健康づくり活動に対してポイントを付与し、ポイントに応じて景品を贈呈する取組。	7	★
	●鳥取県や協会けんぽが開催する研修会などへ参加している。※セミナー開催月は予定です		
6-4	▶令和7年8月 健康づくり担当者研修会	8	
6-5	▶令和7年11月 年金委員・健康保険委員研修会	8	
6-6	▶令和8年1月 健康経営実践セミナー	8	
6-7	健康経営通信を職場内で掲示・回覧している。	5	★★
6-8	鳥取県「がん検診パートナー企業」へ登録している。	5	★
6-9	鳥取県「出張がん予防教室」を受講している。	7	
6-10	鳥取県栄養士会「食育教室」を受講している。	7	
6-11	鳥取県「企業向けメンタルヘルス出前講座」を受講している。	7	
6-12	鳥取産業保健総合支援センター「メンタルヘルス対策支援」を受けた。	7	
6-13	鳥取産業保健総合支援センター「治療と仕事の両立支援」を受けた。	7	
6-14	鳥取産業保健総合支援センターの「メールマガジン」に登録している。	5	
6-15	鳥取産業保健総合支援センター「転倒・腰痛予防指導出張支援」を受講している。	7	
6-16	鳥取産業保健総合支援センター「産業保健研修会」を受講している。	7	
6-17	上記以外の健康講座を受講している。（市町村・団体・企業等が開催するものを含む）（最大5講座までポイント加算）	7×講座数	

無理なくできることから取組みを



事業所独自の取組み事例

体力テストの実施



取組みの効果

社内で体力テストを実施し、結果を個人ごとに配布しています。健康意識の向上だけでなく、従業員同士のコミュニケーションにもつながりました。

禁煙タイムの設定



取組みの効果

午前と午後それぞれに禁煙タイム(1時間半)を設定しています。導入してからは、喫煙者の1日あたりの本数が減少しました。

実際に取組んだことを健康づくり取組報告シートで報告しよう！



※健康づくり取組報告シートは毎年3月ごろに協会けんぽから事業所あてにお送りしています。

※令和6年度(令和5年度取組分)健康づくり取組報告シート(協会けんぽ鳥取支部集計)より抜粋

健康づくりに関するセミナーを多数開催しています！

8月 健康づくり担当者研修会

1月 健康経営実践セミナー

※開催月は予定です。

健康づくりに関する専門家や健康経営の進んだ取組みをされている事業所を講師に招いております。事業所の健康づくりに役に立つ情報を豊富に発信させていただきますので、ぜひご参加をお待ちしております。

すべて
参加費
無料

研修会・セミナーの各チラシ



令和6年8月実施
健康づくり担当者研修会



令和7年1月実施
健康経営実践セミナー



「健康づくり取組報告シート」は毎年3月ごろにお送りする健康経営通信に同封しております。1年間で取り組んだ健康づくりの内容をぜひご報告ください。

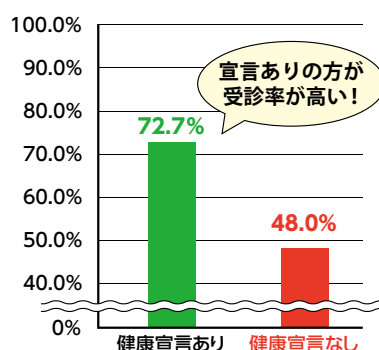
健康づくりの効果はいかに



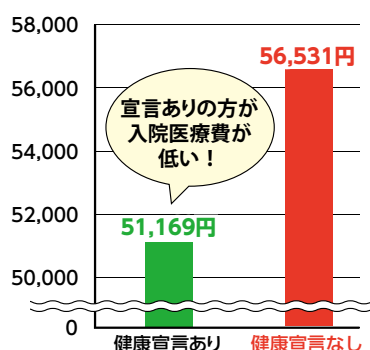
健康経営の有無による違い

※健康づくり宣言の有無による健康度の経年変化を集計したものです。
「健康経営比較分析」は協会けんぽ鳥取支部のホームページで公開しています。

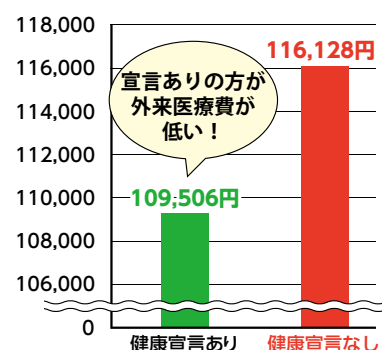
生活習慣病予防健診 受診率



一人当たり入院医療費※



一人当たり外来医療費※



※一人当たり入院（外来）医療費…一年間にかかった入院（外来）医療費の平均値。
（協会けんぽ鳥取支部 令和6年度実施 健康経営比較分析より抜粋）

健康づくりへの取組みで健康保険料率が下がる！～インセンティブ制度～

5つの項目の成績（偏差値）により、47都道府県支部のうち**15位以内**に入れば健康保険料率の引き下げにつながります。

評価項目	していただきたいこと
①特定健診等の受診率	生活習慣病予防健診または特定健診を毎年必ず受診する。
②特定保健指導の実施率	協会けんぽから特定保健指導の案内が来たら必ず受ける。
③特定保健指導対象者の減少率	特定保健指導を中断せず、生活習慣改善を継続する。
④医療機関への受診勧奨基準において速やかに受診を要する者の医療機関受診率	健診の結果、血圧・血糖・脂質の数が高く、「要精密検査」「要治療」と判定された場合は、必ず医療機関を受診する。
⑤ジェネリック医薬品の使用割合	ジェネリック医薬品を積極的に使用する。

※評価項目は変更となる可能性があります



医療費だけでなく入院・外来の頻度も低く、健康経営は体にもお財布にも優しい取り組みです。じっくり続けていきましょう。

なんと、わが社が表彰事業所に！



令和6年度
知事表彰式
の様子



※R6 知事表彰は支部長表彰事業所で特に優れた取組みを行っている事業所から選出されています。

令和6年11月15日 鳥取県庁にて

（左から）	鳥取医療生活協同組合 常務理事 安田 様	山陰酸素工業株式会社 取締役執行役員 営業本部エネルギー事業部長 岩田 様	田中工業株式会社 代表取締役社長 安部 様	後列
	美保テクノス株式会社 代表取締役社長 野津 様	協会けんぽ鳥取支部 支部長 吉田 和徳	鳥取県知事 平井 伸治	前列
			株式会社清水 専務取締役 清水 様	

1年の取組みを「取組報告シート」で報告すると、ポイント上位の事業所や、優れた独自取組みを行っている事業所は表彰されます。



協会けんぽ支部長表彰 ▶ ポイント上位 + 健診受診率が良好等の事業所を表彰

鳥取県知事表彰 (R7～) ▶ 「総合部門（支部長表彰の中から選出）」「栄養・食事・口腔部門」「運動部門」「メンタルヘルス部門」「職場環境整備部門」の各部門で、特に優れた取組みを行っている事業所を部門別に表彰

支部長表彰事業所

順位	事業所名	順位	事業所名
1	社会福祉法人 敬仁会	8	株式会社 鳥取県倉吉自動車学校
2	有限会社 向井組	9	山陰酸素工業 株式会社 
3	株式会社 清水 	10	有限会社 トミムラ興産
4	社会医療法人 仁厚会	11	鳥取医療生活協同組合 
5	美保テクノス 株式会社 	12	東亜青果 株式会社
6	田中工業 株式会社 	13	合同会社 サウージ
7	エレックス 株式会社		

支部長表彰内訳

東 部	5 社	小規模事業所	4 社
中 部	4 社	中規模事業所	3 社
西 部	4 社	大規模事業所	6 社

※事業所規模については、被保険者数 1 ～ 29 名を小規模、30 ～ 99 名を中規模、100 名以上を大規模としています。

鳥取県内全域の
様々な規模の事
業所様が表彰さ
れています！



表彰事業所を除くトップ 30

鳥取部品 株式会社	株式会社 三徳興産	株式会社 エナテクス
安泰ソーイング 株式会社	株式会社 興洋工務店	有限会社 西川商会
千代リサイクルシステム 株式会社	株式会社 トータルゲート	愛ファクトリー 株式会社
有限会社 アルマック米子	株式会社 中海テレビ放送	株式会社 はなび屋
株式会社 ヤマタホーム	株式会社 井木組	株式会社 あおい総合設計
ヤマタホールディングス 株式会社	株式会社 赤松商会	日ノ丸西濃運輸 株式会社
株式会社 モア・コンフォート	株式会社 モリックスジャパン	有限会社 福井事務機
株式会社 ヤマタライフサポート	社会福祉法人 日南福祉会	イナバゴム株式会社鳥取事業部
有限会社 コナン住建	中海工業 株式会社	合同会社 ABC 設計室
社会福祉法人 みのり福祉会	有限会社 シオテック	有限会社 みどり建設

※令和 6 年度以前の表彰事業所一覧はこちらをご覧ください ▶▶▶



令和6年度

知事表彰受賞事業所のご紹介①

株式会社 清水 様

【所在地】鳥取市古海 542-1

社員の健康づくり
宣言スタート

令和2年1月

健康づくり
メニューポイント
(令和5年度取組分)

第3位 /2,324 社
(619点/837点)

知事表彰の
対象となった
取組み

「サークル活動による
健康づくり・
メンタルヘルス対策」



「インドア部」「アウトドア部」「屋内運動部」の3つの担当部門による計16サークルに、従業員の8割以上が参加されています。活動資金を会社が一部負担し、運動習慣の定着や食生活の改善、従業員の交流促進によるメンタルヘルス対策などに取組まれています。

美保テクノス 株式会社 様

【所在地】米子市昭和町 25

社員の健康づくり
宣言スタート

平成27年12月

健康づくり
メニューポイント
(令和5年度取組分)

第5位 /2,324 社
(597点/837点)

知事表彰の
対象となった
取組み

「消費カロリー表示
による階段利用」の
促進



従業員の階段利用を促進し、運動力アップに努められました。職員用階段に消費カロリーと地域の名産品を組み合わせたシールを表示し、「50往復で二十世紀梨約1個分」などと記載を工夫することで、楽しみながら運動できる環境を整えられました。

田中工業 株式会社 様

【所在地】鳥取市秋里 1247

社員の健康づくり
宣言スタート

平成26年9月

健康づくり
メニューポイント
(令和5年度取組分)

第6位 /2,324 社
(589点/837点)

知事表彰の
対象となった
取組み

「社員全員での登山
による体力づくりと
地域貢献」



社員の健康増進と地域への貢献を目的として、年に3回、社員全員で三原台登山を行われています。絶滅危惧種の保護活動のため、自力で資材を運搬しながら山頂の草刈りや鹿よけネットの設置などを行い、運動と地域貢献の両立をされています。

令和6年度

知事表彰受賞事業所のご紹介②

山陰酸素工業 株式会社 様

【所在地】 米子市旗ヶ崎 2201-1

社員の健康づくり
宣言スタート

平成 27 年 4 月

健康づくり
メニューポイント
(令和 5 年度取組分)

第 9 位 /2,324 社
(547 点 /837 点)

知事表彰の
対象となった
取組み

「サーベイアプリによる
エンゲージメント調査」の
実施



サーベイアプリを使用し、意欲的に仕事に取り組んでいるかなど、従業員の心身の健康状態を確認されました。この結果を基に各施策を実施し、心身の不調で本来の能力が発揮できない「プレゼンティーズム」の対策に繋がられています。

鳥取医療生活協同組合 様

【所在地】 鳥取市末広温泉町 203

社員の健康づくり
宣言スタート

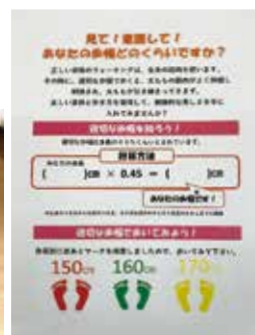
令和元年 9 月

健康づくり
メニューポイント
(令和 5 年度取組分)

第 11 位 /2,324 社
(522 点 /837 点)

知事表彰の
対象となった
取組み

「多様な掲示物による
健康づくり」の推進



「仕事の合間にちょっとした運動」をコンセプトに、コピー機のある部屋の壁には、腰痛防止に繋がる体操方法、エレベーターホールには、階段利用を促す手作りポスターを掲示するなどして、職員同士の健康管理意識の向上に取り組まれました。

令和7年度(令和6年度取組分)より部門別の知事表彰へ！

令和7年度より「総合部門」、「栄養・食事・口腔部門」、「運動部門」、「メンタルヘルス部門」、「職場環境整備部門」の5部門を制定し、各部門で優れた取組みを行っている事業所様を鳥取県知事より表彰する「部門別表彰」を導入いたします！



総合部門表彰 (1社)

支部長表彰事業所で特に優れた取組みを行っている事業所

その他4部門表彰 (各部門1社)

各部門の独自取組みで特に優れた取組みを行っている事業所

部門別表彰への申込方法

- STEP① 毎年3月ごろに協会けんぽから届く「取組報告シート」の応募する部門に独自取組みを記入しよう！
- STEP② 協会けんぽ鳥取支部に提出しよう！

殿堂入り事業所

事業所の健康づくりにおいて、長きにわたり優れた取組みを実施された事業所様の功績を称え、「殿堂入り事業所」として認定いたします。

記念すべき第1回の殿堂入りに輝いた事業所様をご紹介します！



エレックス株式会社

株式会社鳥取県倉吉自動車学校

有限会社向井組

※並び順は 50 音順です

おめでとうございます



殿堂入り事業所について

- 令和2年度以降、協会けんぽ鳥取支部長表彰を **通算5回** 受賞した事業所であること。
- 殿堂入りは **3年間**。期間中は支部長表彰の受賞はありませんが、健康づくり取組報告シートをご提出いただくことで点数に関わらず鳥取県知事表彰へのエントリーが可能です。

殿堂入り事業所になると

- ① 新聞の特集記事でご紹介！
- ② 協会けんぽのホームページにて事業所様の取組みを詳しくご紹介！

※状況により変更となる場合がございますのでご了承ください。

	 エレックス株式会社 所在地 〒683-0005 鳥取県米子市中島 2-2-34 (写真右) 代表取締役社長 宇佐見 明 様	【受賞歴】 令和2年度 支部長表彰 令和3年度 知事表彰 令和4年度 支部長表彰 令和5年度 支部長表彰 令和6年度 支部長表彰
	 株式会社鳥取県倉吉自動車学校 所在地 〒689-2201 鳥取県東伯郡北栄町西園 866 (写真右) 代表取締役 柴田 典子 様	【受賞歴】 令和2年度 支部長表彰 令和3年度 支部長表彰 令和4年度 支部長表彰 令和5年度 支部長表彰 令和6年度 支部長表彰
	 有限会社向井組 所在地 〒682-0021 鳥取県倉吉市上井 265-5 (写真右) 取締役総務部長 向井 恵美子 様	【受賞歴】 令和2年度 知事表彰 令和3年度 支部長表彰 令和4年度 支部長表彰 令和5年度 知事表彰 令和6年度 支部長表彰

※受賞歴は殿堂入り事業所の制度が導入された令和2年度分から掲載しています。



さて、「健康経営」が人手不足などの、人口減少社会を乗り越えるために有効な経営戦略の一つであることがご理解いただけたでしょうか。企業が従業員の健康に配慮してひとりひとりが心身ともに健康であれば、社内のコミュニケーションも良好となり、より元気な会社になっていくことが期待できます。

ぜひ皆さんも裏表紙の「社員の健康づくり宣言書」をFAXでお送りください。

取組みの流れ

① 御社の課題を検討し、取組内容の**選択項目**をお選びください。

(1項目以上、複数選択可)

- ▶ 選択に困った場合には、健康づくり取組みメニュー（本誌 p8 ～ 10）や、知事表彰事業所の取組み（本誌 p15 ～ 16）を参考にしてみてください。
- ▶ 難しく捉えず、着手しやすそうなプランをお選びください。

② 「**社員の健康づくり宣言書**」（裏表紙）を記入して FAX または 郵送で協会けんぽへ参加申込！

その後… 「**認定証**」と「**健康づくりに関する資料一式**」が届く！

企業健康度カルテ、取組事例集 etc.

資料を参考に、「健康経営」に取組みましょう！

取組みの実施

- 企業健康度カルテで自社の健康状態を把握しましょう。
- 取組事例集の他社の取組みを参考に健康づくりに取組みましょう。
- 県と共催の研修会・セミナーに参加したり、年3回送付の健康経営通信で最新情報や健康づくりの知識を得て、自社の取組みに活用しましょう！

振り返りと表彰

- 年度末までの活動内容を振り返り、「取組報告シート」を提出して報告！
- 取組みメニュー毎の獲得ポイント数や独自取組み事例などから優秀事業所を表彰（支部長表彰・知事表彰）
- 表彰事業所は新聞・協会けんぽホームページなど各広報で紹介



次の取組みへ

- 企業健康度カルテは毎年お届け！
- 取組報告シートを基に、スタートガイドや取組みメニューが更新され、新たな取組みの参考にできる
- 参加事業所全体の医療費データなどを比較分析した結果の公表

社員の健康づくり宣言書

宣言は、下記に必要事項をご記入いただき、コピーをFAX または郵送で
協会けんぽまでお申込みください。

【FAX】0857-25-0060

〒680-8560
鳥取市今町2丁目112番地
アクティ日ノ丸総本社ビル5階
全国健康保険協会鳥取支部 宛

鳥取県知事 様
全国健康保険協会鳥取支部 支部長 様

わが社は「社員の健康づくり宣言事業所」として会社、社員一丸となって
下記項目について取り組んでいくことを宣言します。

必須項目

- ☒ 社員・職員の健康受診率 100%を目指します。
☒ 特定保健指導の実施率 50%以上を目指します。



選択項目

※下記選択項目の内、**一つ以上選択**し、チェックを入れてください。
選択項目は5つのプランから自社の現状に合った目標をお選びください。

☐ 食事の見直しプラン

例：仕出し弁当の改善、休肝日の設定等。



☐ 運動習慣の定着プラン

例：階段使用の励行、朝礼後にラジオ体操をおこなう等



☐ たばこ対策プラン

例：敷地内禁煙。禁煙日の設定。等



☐ メンタルヘルス対策・ワークライフバランスプラン

例：ストレスチェックの実施、メンタルヘルス研修の実施等。



☐ オリジナルプラン

(上記プラン以外を目標にする場合は下のカッコ内にご記入ください)
例：感染症対策（手洗い、咳エチケットなど）の徹底



(

)

事業所記号 (数字7～8桁)			
事業所住所 事業所名称 ※社判の押印でも かまいません。			
電話番号		メールアドレス	

- 健康づくり宣言を行った事業者様は、協会けんぽホームページや広報誌等に事業所名を掲載させていただきます。
掲載を希望されない場合は、協会けんぽ鳥取支部までご連絡ください。(電話番号 0857-25-0050 (音声案内: ④))
 - 「社員の健康づくり宣言事業所認定証」に掲載される認定文は、「貴社」「社員」等の表現となっておりますが、それぞれ「貴事業所」又は「貴団体」、「職員」又は「従業員」への変更が可能です。ご希望の場合は、宣言書を提出される際にその旨をご連絡ください。
 - メールアドレスをご記入いただきますと、メールマガジンの配信をいたします。協会けんぽホームページ掲載の利用規約に同意いただいたうえでメールアドレスをご記入ください。また、提供いただいた内容は鳥取県と共有いたします。
- ※メールアドレスあてに鳥取県から健康づくりに関わる案内等が届きます。なお、健康づくりに関わる案内以外の目的では利用いたしません。



利用規約は
こちら