

# 職場の健康づくりもお手伝いしています!

労働力人口の減少や労働力の高齢化が進む中、様々な業種において、人材不足が問題となっています。健康経営<sup>®</sup> やワークライフバランス、ダイバーシティ推進の観点からも労働者の健康確保や疾病・障害を抱える労働者の活用に関する取り組みが求められています。

## 取り組みが推進されると

### 労働者におけるメリット

- ◆ 健康に関する意識の向上
- ◆ 健康の保持増進、生活習慣や健康状態の改善
- ◆ 労働時間の適正化
- ◆ 有給休暇取得率の向上
- ◆ 仕事の満足度・モチベーションの向上
- ◆ 生活の充実、希望する働き方の実現 など

### 事業場におけるメリット

- ◆ 離職率の低減
- ◆ 多様な人材の活用による組織や事業の活性化
- ◆ 優秀な人材確保
- ◆ イメージアップ
- ◆ コスト削減や業績の向上
- ◆ 社内コミュニケーションの活性化
- ◆ 事故・労災等のリスクの減少 など

#### 事業主

健康経営を進めたいけど、  
取り組みがわからない…。



しかし…

#### 健康管理担当者

職場の健康づくりの担当になったけど、  
どこに頼めばよいか…。



ぜひ!

## さんぽセンターをご利用ください!

(鹿児島産業保健総合支援センター)

### 事業場の取り組み内容(例)

- 管理職または従業員に対する教育機会の設定
- メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組み
- 私傷病等に対する復職・両立支援の取り組み
- 運動機会の増進に向けた取り組み
- 保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取り組み
- 長時間労働者への対応に関する取り組み

### さんぽセンター支援内容(例)

#### メンタルヘルス対策支援

- ・管理監督者向けメンタルヘルス研修の実施
- ・若年労働者(含む全社員)向けメンタルヘルス研修の実施
- ・メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応の実施
- ・メンタルヘルス不調者の職場復帰支援
- ・「職場復帰支援プログラム」の策定

#### 治療と仕事の両立支援

- ・労働者や事業場担当者からの相談対応
- ・治療と仕事の両立支援に関するセミナーの開催
- ・事業場を訪問し、両立支援に関する情報提供や制度導入などに関する助言など

#### 転倒や腰痛等の行動災害の予防対策

- ・健康測定
- ・社内セミナーの実施・実技指導・運動アドバイス
  - 転倒防止のためのバランス運動
  - 腰痛予防のための運動
  - 職場でできるストレッチなど

#### 地域産業保健センター

(労働者50人未満の事業場を対象とした地域窓口)

- ・労働安全衛生法に基づく健康診断結果の意見聴取や保健指導
- ・長時間労働者に対する面接など

健康経営優良法人2025(中小規模法人部門)認定要件評価項目から抜粋

参考: 経済産業省ウェブサイト  
[https://www.meti.go.jp/policy/mono\\_info\\_service/healthcare/kenkoukeiei\\_yuruyouhouzin.html](https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeiei_yuruyouhouzin.html)

※「健康経営<sup>®</sup>」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。  
※さんぽセンターは、働く人の健康管理等を支援する機関のため、健康経営優良法人の申請書の書類作成等のお手伝いは行っていません。

支援のお申し込みは  
こちらから



さんぽ  
センター

