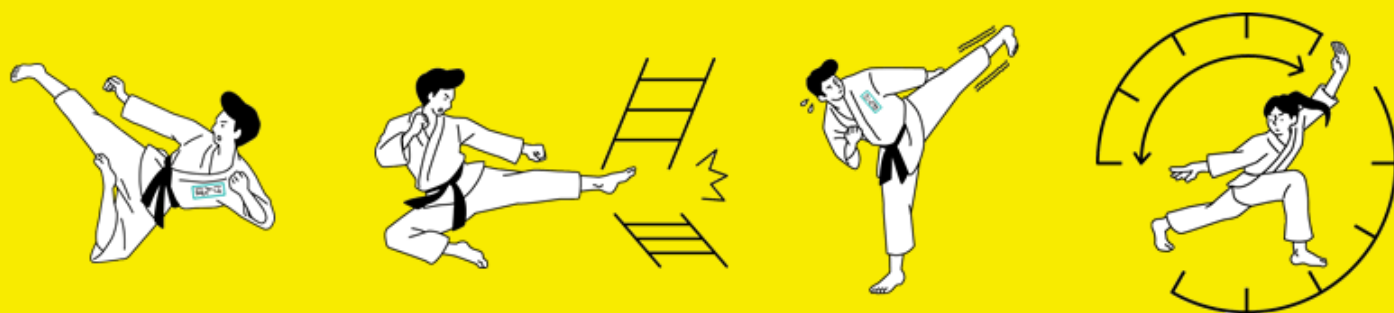


健康経営®で会社を元気に！



健康企業宣言

参加事業所を募集しています



健康経営®とは

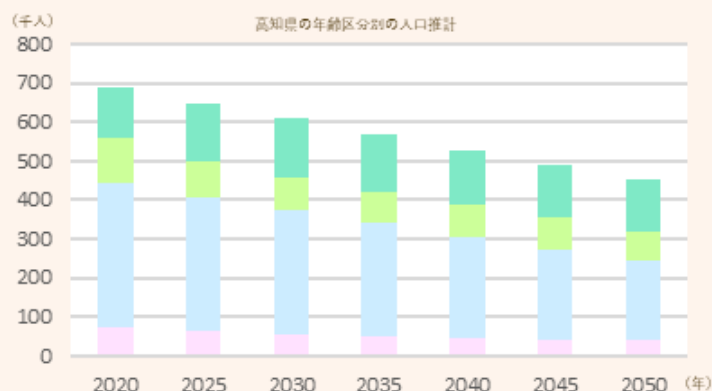
従業員の健康を経営上の財産と捉え、積極的に従業員の健康づくりをサポートすることで企業の成長を目指す経営スタイルのことです。

健康経営®はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

こんなお悩みありませんか？

人口減少による、労働力不足の深刻化

健康上の問題による従業員の離職



年齢区分： 後期高齢者 前期高齢者 生産年齢人口 年少人口



健康経営で課題を解決しよう！

企業として健康に配慮した職場づくりを目指すことで、生産性やブランドイメージのアップが期待できます。

生産性のアップ

- 従業員の健康とモチベーションの向上
- 健康な職場による業務効率の最大化



負担の軽減

- 疾病の早期発見と予防による重症化防止
- 医療費と健康保険料の長期的な削減

イメージアップ

- 労働力確保と人材定着への有利な効果



リスクの軽減

- 予期せぬ欠勤や離職の防止
- 労災発生の予防



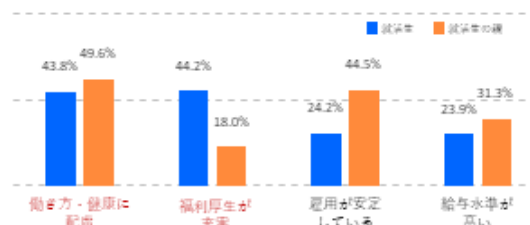
こんなメリットも！

健康経営は優秀な人材の確保にもつながります

「働きやすさ」が重要視される中、健康経営に取り組む企業としてのイメージが広まれば、優秀な人材の確保にもつながります。

Q.どのような企業に就職したいか(させたいか)

出典：経済産業省「第13回健康経営WG説明資料」抜粋



会社を元気にするメリット満載の高知家健康企業宣言にエントリーしましょう！

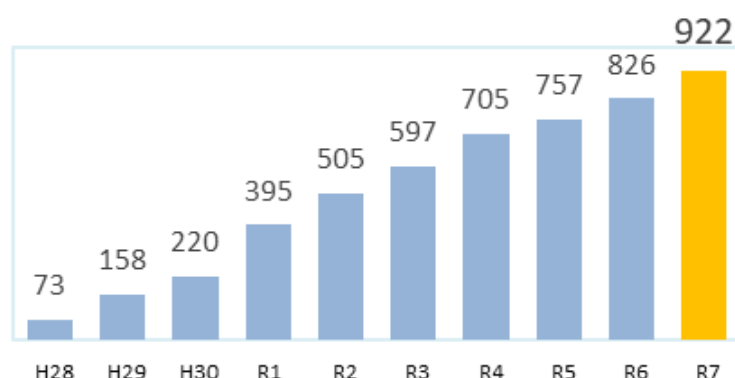


エントリー事業所一覧



好事例集pdf

「高知家」健康企業宣言事業所数の推移



「健康企業宣言」事業所を募集しています

健康企業宣言の流れ

初段 職場内の健康づくりに取り組む体制を整える

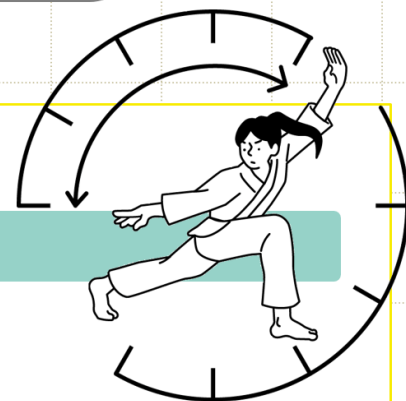
- ✓ ● 健康づくりの担当者を1名以上選任
- ✓ ● 健診結果などをもとに、自社の健康課題を把握

二段 「高知家」健康企業宣言書を記入して協会けんぽへFAXまたは郵送で提出

- ✓ ● 健康課題から取り組み項目を選択（P.4 参照）

三段 「高知家」健康企業宣言証が届いたら、取り組みスタート！

- ✓ ● 社内の目立つ場所に掲示
- ✓ ● 協会けんぽ高知支部ホームページで事業所名を公表いたします。



取り組みに対する協会けんぽバックアップ

其ノ壱

事業所カルテの提供

県平均や同業態の平均と比較できる事業所カルテを年1回お送りします。改善の実感と健康課題の見直しにご活用ください。



其ノ貳

健康づくりオンライン講座

運動や食生活、メンタルヘルス、喫煙などをテーマにオンライン講座を開設します。ご案内が届いたらぜひお申し込みください！



其ノ参

健康サポート

健診結果でメタボリスクありと診断された方を対象に、保健師による特定保健指導をご都合に合わせて無料で受けられます。Zoomでも実施できます。



其ノ四

お役立ち情報の送付

取り組みに沿ったパンフレット等
協会けんぽ GUIDE BOOK
季節の健康情報冊子



健診受診率100%

年1回従業員全員が「定期健康診断」を受診します。

※35歳以上の従業員に生活習慣病予防健診(定期健康診断+がん検診)を推奨します。

※事業者健診を受診した場合は40歳以上の健診結果を協会けんぽに提供します。

特定保健指導の実施

健診結果で特定保健指導の対象となった従業員の初回面談実施率を50%以上とします。

重症化予防

健診結果において再検査などの必要がある従業員に、医療機関への受診を勧奨します。



運動



- ① 職場でラジオ体操やストレッチを実施する
- ② 1日8,000歩以上歩くことや、積極的な階段利用を推奨する
- ③ 徒歩通勤や自転車通勤を推奨する
- ④ 職場で「高知家健康パスポート」のウォーキングイベントに参加する
- ⑤ 社内レクリエーションを企画し、運動機会を設ける
- ⑥ 職場内に運動器具やジムを設置する
- ⑦ 運動用品の購入費用やスポーツジムの利用料金を補助する
- ⑧ 協会けんぽ高知支部の「健康づくりオンライン講座」に申し込み参加する

食生活



- ⑨ 仕出し弁当や社員食堂のメニューを、ヘルシーなものにする
- ⑩ 自動販売機の飲料に、特定保健用食品を導入する
- ⑪ 食事のとり方や栄養バランスなどをパンフレットやポスター等で従業員に周知する

心の健康



- ⑫ メンタルヘルスについて、相談窓口を設置する
- ⑬ 時間外労働時間の削減に向け、具体的な数値目標を設定し取り組みを行う
- ⑭ 年次有給休暇の取得促進に向け、具体的な数値目標を設定し取り組みを行う
- ⑮ ノー残業デーを設定し、実践する

たばこ・お酒



- ⑯ 勤務時間中の喫煙制限等、職場内ルールを決める
- ⑰ 禁煙外来の受診勧奨や治療費の補助を行う
- ⑱ 禁煙達成者や非喫煙者に対し、インセンティブを付与する
- ⑲ たばこの害や禁煙の効果について周知する
- ⑳ 適正な飲酒量や休肝日の設定等、上手なお酒の飲み方について周知する

全国健康保険協会 高知支部

〒780-8501 高知市本町4-1-24 高知電気ビル新館2階

TEL:088-820-6010 (音声案内②→②) FAX:088-820-6023

午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日及び年末年始を除く)

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/kochi/>

