



「高知家」健康宣言



健康づくり 取組事例集 2026

Collection of Health Promotion
Initiatives 2026



「もしも」と「いつも」に安心を。

協会けんぽ

Contents

chapter 1	はじめよう「健康経営」の第一歩！	1
chapter 2	「高知家」健康企業宣言の流れ	2
chapter 3	協会けんぽ高知支部が行うサポート事業	3
chapter 4	健康経営に関連する組織	4
chapter 5	健康経営優良法人認定事業所における事例紹介	5
	編集後記・memo	16
chapter 6	健康経営優良法人2026 認定法人一覧	18
	「高知家」健康企業宣言選択項目一覧	20
	「高知家」健康企業宣言書	21

chapter

1

はじめよう「健康経営」の第一歩！

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。

少子高齢化による平均年齢の上昇・生産年齢人口の減少が進む社会において、健康経営に取り組むことで生産性の向上や離職率の低下につながり、持続可能な事業所の実現が期待されます。

※ 健康経営®はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。



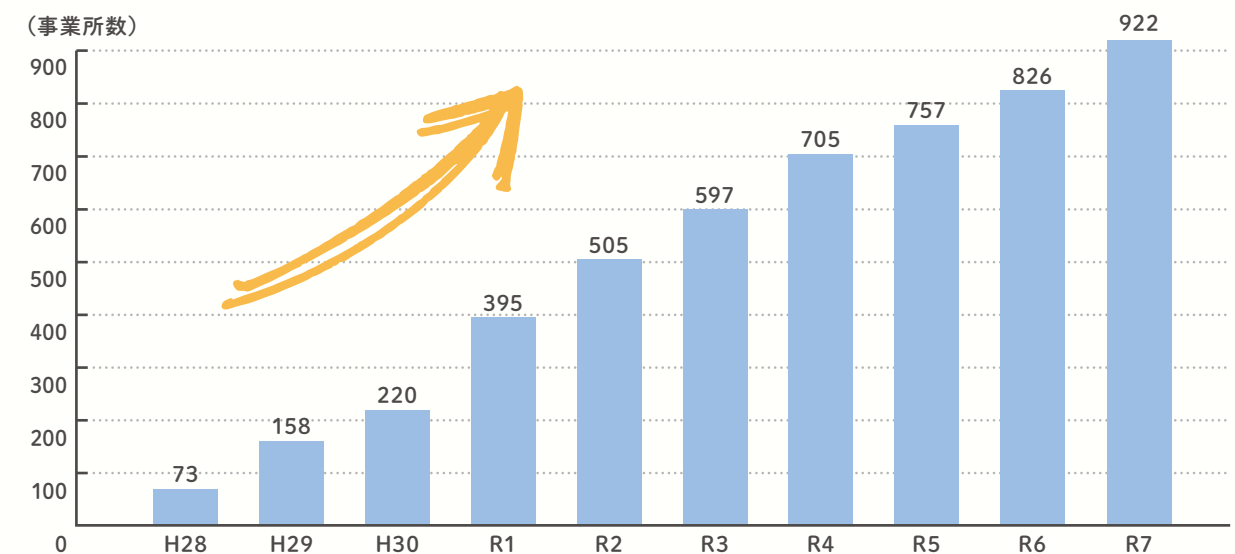
まずは 雰囲気づくりから

健康経営に取り組むことが決まったら、まず、健康経営に挑戦する意思があることを社内外へアピールすることから始めましょう。

協会けんぽ高知支部では、「高知家」健康企業宣言事業を実施しており、事業所カルテ（医療費・健診結果データの分析）や健康経営の取り組み内容を紹介する事例集の提供等により、事業所における健康づくりの支援拡充を図っています。



「高知家」健康企業宣言事業所が増えています！



chapter 2

「高知家」健康企業宣言の流れ

STEP 1

職場内の健康づくりに取り組む体制を整えましょう

- 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



健康宣言に申し込みましょう

健康課題から取り組み項目を選択し、「高知家」健康企業宣言書(本冊子の最終ページ)を記入して協会けんぽへFAXまたは郵送で提出

STEP 2

STEP 3

宣言証をお送りします

「高知家」健康企業宣言証をお送りするとともに、協会けんぽ高知支部ホームページで健康宣言された事業所名を紹介します。

※宣言証は事業所内に掲示するなど、さまざまにご活用ください。



健康づくりに取り組みましょう

宣言内容をもとに、従業員の健康づくりに取り組みましょう。協会けんぽも事業所の健康経営をサポートします。

▶次頁をご参照ください。

STEP 4

STEP 5

宣言項目を達成したか振り返りましょう

次年度の健診結果や協会けんぽから送付される事業所カルテを利用して取り組みを振り返り、次の健康づくりに役立てましょう!



chapter 3

協会けんぽ高知支部が行うサポート事業

高知支部では、職場の健康づくり推進をサポートするために各種事業を行っています。ぜひ、ご活用ください。

	項 目	概 要
健康づくりに関する情報提供	職場の健康づくり事例集	健康経営優良法人に認定された事業所における健康づくりに関する取り組みを紹介します。
	LINE メールマガジン	健康保険制度に関する情報や手続きの豆知識、健康づくりのお役立ち情報をはじめ、制度改正や保険料率変更等の最新情報をいち早くお届けします。協会けんぽ加入者はもちろん、どなたでも無料でご利用いただけます。
	健康保険委員への情報提供	健康保険委員は、従業員(被保険者)と協会けんぽの橋渡し役となり、加入者の皆様の健康増進を推進していただく方です。委員向けの情報提供を年4回行っています。
	オンライン健康講座の開催	「高知家」健康企業宣言をいただいた事業所あてにご案内をお送りします。
健康課題の把握	● 生活習慣病予防健診 ● 人間ドック健診	対象年齢の方に、通常の事業者健診に胃がん、大腸がん、婦人科検診などを追加して実施する健診や人間ドック健診に対し、健診費用の一部を補助しています。
	特定保健指導	健診結果から生活習慣の改善が必要な方に対して、保健師・管理栄養士が振り返りや改善のサポートを実施します。
	事業所(業態別)カルテ	「高知家」健康企業宣言をいただいた事業所に対し、健康課題の把握や健康づくりの取り組みなどにご活用いただけるよう、医療費データや健診結果データから事業所(業態別)のカルテを作成しています。
予防・重症化	未治療者に対する受診勧奨	健診結果(血圧・血糖・脂質)で要治療と判定されながら、医療機関を受診していない方に文書・電話などで受診勧奨をしています。

問い合わせ先

全国健康保険協会(協会けんぽ)高知支部 TEL 088-820-6010(代表) 平日8:30~17:15
音声案内に従い「2」→「2」の順に押してください

健康経営に関連する組織

健康経営に関連する公的組織は大きく3つあります。
取り組みの状況に応じて、さらなるステップアップを図りましょう。

協会けんぽ高知支部

「高知家」健康企業宣言

「高知家」健康企業宣言事業所とは、右の必須項目や20ページの選択項目について取り組むことを協会けんぽ高知支部へ宣言し、社内外に表明している事業所のことです。宣言内容を実施していないことに対して、罰則や取り消しなどペナルティーはありませんが、社内外へ宣言をした事実によって、自ら行動を起こしやすくする効果が期待でき、会社全体で取り組むきっかけづくりになります。

申請期間 随時

認証時期 宣言日で宣言証を作成し、後日、協会けんぽより交付

有効期間 なし（将来的に見直しがある場合はその時期まで）

必須項目

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。

特定保健指導の実施

健診結果で対象者となった従業員の特定保健指導（初回面談）の実施率を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。

以下の認証・認定制度を取得するための要件の一つとして、「高知家」健康企業宣言事業所であることが必要となります。

高知県

ワークライフバランス推進企業認証制度
「健康経営」部門

誰もが働きやすく、従業員の方々が働き続けられる職場の環境づくりを目指し、「次世代育成支援」「男性育休推進」「介護支援」「年次有給休暇の取得促進」「女性の活躍推進」「健康経営」に積極的に取り組んでいる企業を県が認証する制度です。

申請期間 随時
ワークライフバランス推進アドバイザー（労務士）の申請書及び添付書類のチェック（約10日間）終了後、県が毎月月末締めで受付

認証時期 県の受付月の翌々月1日（原則）

有効期間 認証日から起算して3年

経済産業省
※認定は「日本健康会議」

健康経営優良法人認定制度

特に優良な健康経営を実践している大企業や中小企業等の法人を「見える化」することで、従業員や求職者、関係企業や金融機関などから社会的な評価を受けることができる環境を整備することを目的に、日本健康会議が認定する顕彰制度です。

申請期間 8月末頃～10月初旬
（大規模法人・中小規模法人部門）

認定時期 3月中旬頃

有効期間 約1年
（認定日から翌年の3月末まで）

健康経営優良法人認定事業所
における事例紹介

令和8年3月9日、経済産業省において、「健康経営優良法人2026」の認定法人が発表されました。今回は、大規模法人部門において3,765法人（上位法人には「ホワイト500」）、中小規模法人において23,085法人（上位法人には「ブライト500」「ネクストブライト1000」）が認定されています。高知支部では、大規模法人部門において5法人、中小規模部門において124法人が認定されました（18～19ページ参照）。その中から、10事業所における事例をご紹介します。

事業所一覧

業 種	事 業 所 名	所在地	種 別
医療法人	医療法人 翔和会	高知市	中小規模法人
運輸業	相互物流 株式会社	高知市	中小規模法人
建設業	有限会社 武政建設	高知市	中小規模法人
製造業	株式会社 太陽	高知市	中小規模法人
林業	大豊林業 株式会社	南国市	中小規模法人
不動産業	株式会社ファースト・コラボレーション	香南市	中小規模法人
小売業	株式会社フタガミ	高知市	中小規模法人
卸売業	株式会社シーメック	南国市	中小規模法人
サービス業	入交グループ本社株式会社	高知市	中小規模法人
商工会議所	高知商工会議所	高知市	中小規模法人

事例紹介

01 医療法人 翔和会

- 歯科、矯正歯科、小児歯科、歯科口腔外科
- 従業員数／25名
- 勤務形態／8:30～17:00(12:00～13:30昼休み)
8:30～19:00(週一、曜日不定期)



健康経営優良法人をはじめたきっかけは？

- | | |
|----------|-------|
| 従業員の高齢化 | ★★★★★ |
| 健診結果の悪化 | ★★★★★ |
| 人材確保・定着 | ★★★★★ |
| 生産性の向上 | ★★★★★ |
| 社会的評価の向上 | ★★★★★ |
| 経営者の考え | ★★★★★ |
| その他 | ★★★★★ |



月1回、保健師を招いての健康活動

健康だより(月1回発行)

こんな取り組みをしています

取り組み内容

- ストレッチ
- 食事指導

健康だよりの発信

こんな効果がありました

健康指導士に来てもらい、2か月に1回のペースでストレッチや食事指導について取り組んでいます。お昼休み明けの就業時間内に取り組んでいるため、リフレッシュした気持ちで午後も働くことができます。運動した結果をデータ化してチェックできるようにしているので、自分の健康状態を前回と比較したり一人ひとりのモチベーションにも繋がっています。また、ストレッチ後に感想や要望をGoogleフォームで収集しているので社員の反応も把握することができています。ストレッチをしていると、気持ちよく、リラックスもできるため、スタッフからは「もっとやりたい!」という声が多いです。過去の取り組みをinstagramにも掲載しています。

月に1回のペースで時期に合わせて色々な健康についての情報発信をしています。以前は院内に管理栄養士がいて、『ビタミンについて』など主に栄養についての発信をしていました。今はスタッフが変わり外部の管理栄養士にお願いしていますが、引き続き季節ごとのおすすめレシピなど情報共有を継続しています。その他、健康指導士が送ってくれた動画などをLINEのグループ機能を活用してシェアし、みんなが目を通せるようにしています。基本的に社員から要望があったものをベースに健康指導士に内容を考えてもらっているものでみんなで楽しく取り組むことができています。

健康保険委員にインタビュー

question
Q

健康への取り組みをしていくなかで苦労していることはありますか？

answer
A

毎回やってくれるわけではないので全員で意識を高めていきたい

健康指導士が送ってくれるストレッチの動画を見ながら、自宅などで自発的にやる人もいれば、見るだけで終わってしまう人もいます。管理栄養士から送ってもらうおすすめレシピにも「食べたいよ」という声はなかなか聞けていないので、全員の意識を高められるように頑張っていきたいです。

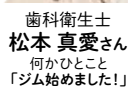
question
Q

今後、取り組みたいことはありますか？

answer
A

1年間のスケジュールを全部リストアップしています

社内コミュニケーションやメンタルヘルスなど、1年間の予定を立てています。アロマストレッチでは本当は健康指導士が完成したアロマを持ってくる予定でしたが「作ってみたい!」という声が多かったため、その場で決まりアロマからみんなで作りました(笑)。



歯科衛生士
松本 真愛さん
何かひとこと
「ジム始めました!」

事例紹介

02 相互物流 株式会社

- 一般貨物自動車運送事業、貨物運送取扱事業、倉庫保管事業、引越事業、産業廃棄物収集運搬事業、その他人夫作業
- 従業員数／77名
- 勤務形態／8:00～17:00(12:00～13:00昼休み)※その他シフト制



健康経営優良法人をはじめたきっかけは？

- | | |
|----------|-------|
| 従業員の高齢化 | ★★★★★ |
| 健診結果の悪化 | ★★★★★ |
| 人材確保・定着 | ★★★★★ |
| 生産性の向上 | ★★★★★ |
| 社会的評価の向上 | ★★★★★ |
| 経営者の考え | ★★★★★ |
| その他 | ★★★★★ |



勉強会(安全研修会)の様子

こんな取り組みをしています

取り組み内容

健康経営の具体的な推進計画を毎年作成

年2回の健康診断とSASスクリーニング検査の実施(2025年実施)

※スクリーニング検査は2～3年に1度

デジタルタコグラフ導入

こんな効果がありました

毎月第3土曜日に開催している教養カリキュラム内で、上長に対しての健康推進や社員向けの勉強会を行っています。そのなかで保健指導員さんによる面談受診率が徐々に伸び、2025年は20名程が受診しました。社員の平均年齢が54歳と高齢化が進んでいることもあり、やはり基本の健康診断の結果は重視しています。

健康診断とSASスクリーニング検査を併用することで、健診だけでは見つけにくい病気を早期に発見することができます。前回のSASスクリーニング検査では、1名要治療者が見つかり現在は治療に通っています。また、社員のほとんどが運転従事者なので、睡眠に関しては特に注力しています。

安全上速度管理が必要で導入しましたが、走行時間も記録がとれるため、休憩をきちんと取れているかなども把握することができますし、休憩の取り方から体調不良なども推測可能です。夏は熱中症のリスクも高い為、デジタルタコグラフの数値にて注意喚起を行っています。体調不良などにも早期に気付くことができるので、会社もドライバーも安心して働けるようになりました。

健康保険委員にインタビュー

question
Q

その他に何か取り組まれていることはありますか？

answer
A

昨年、AEDを設置しました。

昨年設置してすぐに、幹部は操作要領や使い方を学びましたが、残りの従業員はまだ覚えられていないことが課題でした。会社だけではなく出先でも使うことはあると思うので、こちらも毎月第3土曜日に開催の教養カリキュラム内で操作要領について、まずは約20分のビデオを流して理解を深めていっています。

question
Q

中・長距離ドライバーの方もいらっしゃいますが健康管理はどうしていますか？

answer
A

基本的には各自ですが持続できるようサポートしています

ドライバーは基本各自で健康管理をしています。プロのドライバーとしての自覚をしっかりと持っているので、私たちは適宜サポートをしながら、継続して働ける環境を整えるお手伝いをしています。



常務執行役員
湯城 武さん
好きな言葉
「終わりよければ
すべてよし」

03 有限会社 武政建設

- 土木工事業、とび・土工工事業、解体工事業、サービス業（高知県知事許可 特-3第1986号） ● 従業員数／50名
- 勤務形態／事務所 8:30～17:00、現場 8:00～17:00、ローソン シフト制（12:00～13:00昼休み）、（10:00～10:15、15:00～15:15休憩）



健康経営優良法人をはじめたきっかけは？

- 従業員の高齢化 ★★★★★
- 健診結果の悪化 ★★★★★
- 人材確保・定着 ★★★★★
- 生産性の向上 ★★★★★
- 社会的評価の向上 ★★★★★
- 経営者の考え ★★★★★
- その他 ★★★★★



ミニ運動会（お題引き）

健康だより（月1回発行）

こんな取り組みをしています

取り組み内容

- 健康経営アドバイザーの資格取得
- 健康の声かけ

- 健康だよりの作成（月1回）
- 健康にまつわることの広報活動（食生活や飲酒・喫煙など）

- ミニ運動会（全員参加型平日午後開催）
- 体を動かす競技は2つ
- 頭を使うクイズ系を2つ

こんな効果がありました

40代が多いため、健康には気を付けてもらいたいという思いで、社員の健診結果は常にチェックしています。前回より悪化している人には、声をかけながら保険医の相談指導を受けてもらうようにしています。結果が良くなってきている場合も一人ひとりが継続して意識してくれるようになってきました。健康診断以外の人間ドック、オプション健診などは全額会社が負担しています。

現場で働く人が多い中、喫煙率も高く、昼食もバランスを考えて摂取することが困難な現状です。だからこそ朝食の大切さや禁煙の必要性を月1回の「健康だより」や研修で訴えかけるようにしており、LINEと掲示板で全員に共有できるようにしています。社員からは「昨日は野菜を多く食べたよ」などの声があり、少しずつですが一人ひとりの健康への関心が高まってきているように感じます。

運動をする習慣をつけてもらうため、取り組みを始めました。土日開催だとなかなか参加率を上げるのが難しいので、平日の仕事後（午後）を開催日に設定し、全員参加型にしました。ハードな運動ではなくラケットリレーなどのみんなが簡単に体を動かせる競技にしました。現場と総務の間でコミュニケーションが増えました。終わったあと「楽しかった!」と声をかけてくださる人もいました。

健康保険委員にインタビュー／

question
Q

健康経営アドバイザーの資格を取得してどんな変化がありましたか？

answer
A

自分で健康についての研修を考えられるようになりました。

社員が元気に働けるように、健康やタバコについての研修を定期的に行っています。自分で調べたりして、試行錯誤しながら少しずつ内容を変えています。研修の内容を考えるのは大変ですが、社員の健康への意識が高まっているのを感じて、それが自分のモチベーションに繋がっています。

question
Q

外で働く方が多いですが夏期の熱中症対策はどうしていますか？

answer
A

日々の健康管理の声かけ、対策グッズの支給をしています。

熱中症対策は力を入れている取組の一つです。「朝食をとる」「しっかり睡眠をとる」など常に声かけをしています。命に関わることなので口うるさく言っています。(笑)また具体的な対策としては、塩分チャージのタブレットや飲料水、ファン付き作業着などの支給をしています。

総務部
森田 美紀さん
好きな言葉
「何とかなる」

04 株式会社 太陽

- [部品事業] 耕うん爪および草刈用刃物の製造販売
- [製品事業] 農産物の選別／洗浄／袋詰め機などのアグリ機器の製造販売
- [環境事業] 廃油、廃液再燃料化システムなどの環境関連機器の製造販売
- 従業員数／150名 ● 勤務形態／本社 8:00～16:50、各営業所 8:30～17:20（うち60分休憩）



健康経営優良法人をはじめたきっかけは？

- 従業員の高齢化 ★★★★★
- 健診結果の悪化 ★★★★★
- 人材確保・定着 ★★★★★
- 生産性の向上 ★★★★★
- 社会的評価の向上 ★★★★★
- 経営者の考え ★★★★★
- その他 ★★★★★



食堂で年1回の運動指導

元気アップ教室 健康チャレンジ2025

こんな取り組みをしています

取り組み内容

- 健康セミナー（年1回）（主催：高知県総合保健協会）
- 講義（みんな知りたいがんの話、肝心なための肝機能 肝臓を守ろう! など）
- 運動指導／体力測定
- 乳ガン触診体験コーナー

健康通信の配布
（3ヶ月に1回）健康チャレンジ（年1回）
（主にウォーキングなど）

こんな効果がありました

年1回、3グループに分けての健康セミナーは、講義のあと体力測定や日常生活で無理なく取り入れられる運動を外部講師に指導してもらいます。昨年は乳ガン触診体験コーナーを設置し、体力測定の合間に体験することで早期発見への意識付けに大変役立ちました。2026年のテーマは『昨年の測定を上回ろう』。年齢的に体の痛みを訴える人もいますが、一旦集まればみんな楽しそうに取り組んでいます。測定結果を目の当たりにする事で、日々の基礎体力づくりの意識付けになっています。

元々、社内報に掲載をしていましたが、誌面の枠に限りがある為、個別で発行するようになりました。A4用紙1枚の形状にすることでインパクトがあり、社員一人ひとりの健康意識の改革にも繋がっているように感じています。「飲酒」や「ウォーキング」についてなど、毎回テーマを変え、できるだけイラストを多く、文字を少なくして、視覚的にわかりやすい通信の作成心がけています。

『健康チャレンジ』は昨年から社員全員を参加対象とし、チャレンジ期間中は40～50名がウォーキングに取り組んでいます。チャレンジ期間が過ぎてからもウォーキングを継続している社員もあり、健康意識が高まっていると感じます。また、チャレンジをしている人同士の社内のコミュニケーションも増え、楽しく取り組んでいます。

2023年 特定保健指導対象者	対象13名
2024年 BMI値25以上の社員	対象36名
2025年からは高知家健康サポートアプリを活用	
2025年 ポイント数を競うウォーキング	参加者51名
2026年 85日間8,000歩チャレンジ	参加者43名

健康保険委員にインタビュー／

question
Q

これからの課題はありますか？

answer
A

社員の意識を高め、参加者をもっと増やしたいです。

参加者をもっと増やしていくことが今後の課題です。健康チャレンジなどを通して、チャレンジの内容を工夫したり、上位社員には賞を設けるなど、皆が楽しく取り組めるよう試行錯誤しています。社員から「健診結果が良くなった」「昨日は〇歩、歩いたよ」などの声が聞けることがとてもうれしく、モチベーションになっています。

question
Q

毎回のテーマを考えたり企画面での苦労はありますか？

answer
A

健康について関心がない社員の意識改革が難しいです。

健康チャレンジは参加する社員がほぼ同じメンバーであるため、より多くの社員に「参加してみたい!」と思ってもらえる企画づくりに苦労しています。また、健康セミナーは就業時間中に開催するため原則全員参加ですが、講義形式だけでは退屈を感じる社員もいるため、体力測定などの運動時間を長く(約1時間)取るようにしています。

総務部
中平 良子さん
好きな言葉
「他人と過去は変えられないが自分と未来は変えられる。」

05 大豊林業 株式会社

- 素材生産業、伐採搬出事業、作業道開設、造林事業、木材共販所請負事業 ● 従業員数／21名
- 勤務形態／8:00～17:00(休憩95分) ※通常期・夏期間・調整期間あり



健康経営優良法人をはじめたきっかけは？

- | | |
|----------|-------|
| 従業員の高齢化 | ★★★★★ |
| 健診結果の悪化 | ★★★★★ |
| 人材確保・定着 | ★★★★★ |
| 生産性の向上 | ★★★★★ |
| 社会的評価の向上 | ★★★★★ |
| 経営者の考え | ★★★★★ |
| その他 | ★★★★★ |



健康経営優良法人2026
認定記念パネル



男性の育児休暇取得の
案内チラシ

こんな取り組みをしています

取り組み内容

龍馬マラソン参加

課外活動として、参加した社員が「走ったら面白かった」と感想を社内 で伝えたことがきっかけで、会社でチームを作る流れになり、参加者を募ると6名が集まりました。無理なく走れるペアリレーで、日々の体力づくりを活かしつつ、社内コミュニケーションも増えました。

2026年 3名参加
2027年 6名参加予定(ペアリレー)

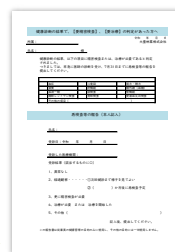
管理栄養士や 公認心理士による研修

- 管理栄養士(食事と健康増進)
 - メンタルヘルス(公認心理士の面談)
 - 依存症についての研修 など
- 食生活の大切さが意識づき、またギャンブルやアルコール依存症の実験の話や聞く事で「とても勉強になった」という声がありました。また、各事務所の上司が出勤率などをチェックする中で体調やメンタルについての变化に気づき、フォローができるようになりました。

健康診断と歯科検診 (年1回)

診断結果をフィードバックすることで、2026年は再検査の受診率が100%になり、社員の健康意識が高まりました。若い世代は福利厚生もしっかりチェックして会社を決める傾向にあり、取り組みをすることで離職者が減り、今では若手社員が6名になりました。

診断結果の
フィードバックシート



健康保険委員にインタビュー

Q 男性育休取得者に対する
周囲の理解や反応は？
(2026年度1名が取得予定)

A 12月に取得予定なので
皆で協力し体制を整えています。

取得は12月予定なのですが、育休明けに自然に仕事に戻ってこられる環境を作れるよう、今からみんなで準備を進めています。そのためには、しっかりとした信頼関係が築けていないといけないので、ワークインライフ(生活の中に仕事がある)もモットーに、普段から助け合える環境づくりを一人ひとりが心がけるようにしています。

Q 山の仕事で特に厳しい夏の間は、
どんな対策をされていますか？

A 社員の声を聞き、無理がないようサポートしています。

現場の意見を聞いて、昼間はどうしても変形労働時間制を利用して夏季時間を作ったり、熱中給を大量に持たせるなど、熱中症対策を徹底しています。社員のご家族も心配しているので、熱中症対策・注意喚起のチラシはご家族にも見てもらうよう伝えています。



総務担当
木藤 知香さん
好きな言葉
「不言実行」

06 株式会社ファースト・コラボレーション

- アパート・マンション賃貸の仲介・管理、建物メンテナンス
リフォーム等保守管理、不動産の売買仲介、資産コンサルティング
- 従業員数／75名
- 勤務形態／9:00～18:10(60分+10分(昼休み+リフレッシュタイム))



健康経営優良法人をはじめたきっかけは？

- | | |
|----------|-------|
| 従業員の高齢化 | ★★★★★ |
| 健診結果の悪化 | ★★★★★ |
| 人材確保・定着 | ★★★★★ |
| 生産性の向上 | ★★★★★ |
| 社会的評価の向上 | ★★★★★ |
| 経営者の考え | ★★★★★ |
| その他 | ★★★★★ |



レクリエーション大会の様子



健康器具 (各店舗に常備)

こんな取り組みをしています

取り組み内容

- 産業医による
労働安全衛生委員会
- 各店舗に健康器具を
設置

健康診断後の保健指導 受診率100%

気軽に血圧を自分で測ったり、パルスオキシメーターで血中酸素(SpO2)や脈拍数を測ることで、自分自身の健康意識を持てるようになりました。

健康器具(常備)

- パルスオキシメーター
- 赤外線温度計
- 二酸化炭素計測器などの設置
- 血圧計 ● バランスボール

保健委員が指導員と該当者のスケジュールを調整し、業務中でも受診していただけるよう手配することで、保健指導受診率100%になりました。最近では多忙の中でも放置せず、自身の健康に向き合う雰囲気になってきました。

- 龍馬マラソン
- レクリエーション大会

朝礼時、ラジオ体操に取り組んでいます。龍馬マラソンもゴールが目的ではなく、エントリーすることで日々体力づくりに取り組めます。お部屋探しの仕事なので2月は1年で最も忙しい月ですが、毎年龍馬マラソンの当日は、会社を休みにしています。レクリエーション大会はお子さんを連れてくる社員もいたり、社員同士のコミュニケーションもとれる絶好の場にもなっています。

健康保険委員にインタビュー

Q 健康経営を始めたきっかけは？

A お客様を幸せにするには
従業員が幸せでいることが大切。

お客様やご縁のある人すべてを幸せにするためには、まず自分たちが幸せでなくてはならないと考えています。従業員が幸せでいる事をサポートする一環として、健康チェックの習慣化が根付けばいいという思いから始めました。

Q レクリエーション大会を
してみて社員からの反響は？

A 楽しい! 気持ちよかった!
前向きな声が聞かれています。

レクリエーション大会と称して、場所を借り、バレー、バスケット、バドミントンなど、各自が好きなスポーツを自由に取り組む時間になっています。楽しかった!の声と共に、毎回参加する人が増えているのもうれしいです。『レクリエーション大会』から『運動会』を目指しています。



総務部
武智 孝志さん
好きな言葉
「感謝」

事例紹介

07 株式会社フタガミ

- ホームセンター事業・カー用品販売・住宅事業・ペット事業
- 従業員数／500名
- 勤務形態／9:00～18:00
※店舗によりフレックスタイムあり



健康経営優良法人をはじめたきっかけは？

- 従業員の高齢化 ★★★★★
- 健診結果の悪化 ★★★★★
- 人材確保・定着 ★★★★★
- 生産性の向上 ★★★★★
- 社会的評価の向上 ★★★★★
- 経営者の考え ★★★★★
- その他 () ★★★★★



トレーニングコーナーを設置

健康について、オリジナルの掲示物

こんな取り組みをしています

取り組み内容

産業医による
健診後のアドバイス

- 毎朝のラジオ体操
- トレーニングコーナーを設置
(ランニングマシンや
ロードバイクなど)

- 熱中症対策
(店舗勤務の社員向け)
- 飲料水やイスの設置

こんな効果がありました

以前は健診後に面談をしていましたが、コロナ禍をきっかけに面談はやめ、産業医に来てもらうようになりました。熱中症対策について産業医から具体的なアドバイスをいただき、企画チームがチラシを作り、社内の周知に取り組んでいます。ペットボトル症候群の興味深い話も聞け、飲料に入っている成分を図解したりなど、より分かりやすい情報紙面が作成できるようになりました。

休憩時間や仕事の合間など、息抜きにトレーニングをしている人が数います。そうすることで「体も頭もストレス解消になり、リフレッシュした状態で午後からの仕事に集中できる」とうれしい声が聞かれています。利用し始めてから10kg体重を落とすという人も。また、本社内勤の社員限定ですが、毎朝のラジオ体操も習慣化してきました。これからも「適度な運動を！」を継続していきたいです。

年々気温が上昇する中、店内だからといって安心できるわけではないので、店舗のレジスタッフもこまめに水分補給ができるよう、お客様に対して「レジ業務中の水分補給につきましてご了承ください」というお知らせを掲示しています。これにより心理的な負担の軽減になり、「会社を守られている」と感じられるようです。

健康保険委員にインタビュー

question

Q 産業医に来てもらうようになりどのような変化がありましたか？

answer

A 健診後の再受診率が増え健康への意識が高まりました。

産業医から熱中症対策や感染症対策など様々なアドバイスや具体例をいただけるので、社員の意識も徐々に高まっています。また予防接種などにも協力してもらえて、非常に心強い存在になっています。

question

Q 健康保険委員としての今後の目標はありますか？

answer

A 熱中症0人を目指したいです。

屋外の現場や倉庫内で作業をする社員もいるため、毎年熱中症対策の周知に力を入れています。今年も早い時期から「熱中症にかかってしまったかも」という社員がいたので、発症0人を目指した啓発活動を心がけています。

総務部
岡本 未来さん
好きな言葉
「ビールはガソリン」

事例紹介

08 株式会社シーメック

- 医療機器卸売業
- 従業員数／212名
- 勤務形態／8:40～17:40(うち1時間休憩)



健康経営優良法人をはじめたきっかけは？

- 従業員の高齢化 ★★★★★
- 健診結果の悪化 ★★★★★
- 人材確保・定着 ★★★★★
- 生産性の向上 ★★★★★
- 社会的評価の向上 ★★★★★
- 経営者の考え ★★★★★
- その他 (働きやすい環境づくり) ★★★★★



年に1回参加しているソフトボール大会 熱中症対策グッズ

こんな取り組みをしています

取り組み内容

- 健康アップのための情報配信(月1回)
- 熱中症対策グッズの常備

仕事と育児の
両立支援制度の充実

メンタルヘルスの対応
(相談窓口設置)

こんな効果がありました

季節にあわせたテーマで、夏なら『熱中症対策』、冬なら『感染症対策』など、月に1回社内メールで発信しています。本人だけでなく家族にも情報が広がるので、家族とのコミュニケーションツールにもなり意識向上にもつながっています。また、電解水素水サーバーの設置や熱中症対策グッズ・保冷バックを常備し、外出時にも持ち出せるようにするなど、熱中症リスクの軽減につながっています。

当社は、時差出勤やテレワーク、養育両立支援休暇など、一人ひとりの状況に応じて柔軟な働き方を選択できる制度を整備しています。休暇については有給にし、子どもの年齢は法定基準を上回る年齢も対象にしています。子どもの体調不良や学校行事の際に時間単位で取得できるため、多くの社員に活用されており、仕事と育児を両立しやすい制度として浸透してきています。

メンタルヘルスの対応として、復職プログラムを整備しました。個々の状態に合わせて仕事内容・出勤日数・時間などを調整して復帰プランを作成し、週1回の面談を行うことで、2か月～半年かけて無理なくスムーズに復帰できるようにしています。また、相談窓口を設置し、早期に相談・対応できる体制をとっています。その結果、長期・再度の休職の予防に一定の効果が現れていると感じています。

健康保険委員にインタビュー

question

Q 上記以外で取り組んでいることはありますか？

answer

A 産業医による健康サポートを実施しています。

健診後の再検査の通知は、産業医から個人のメールに届くようにしています。また、希望する社員は産業医と面談ができます。個別に連絡を取り、会社を通さず相談する事も可能です。利用者からは、「先生が話しやすくて良かった」という声があり、一人ひとりの健康状態に応じた助言やフォローを行っています。

question

Q 運動習慣につながるような取り組みもされていますか？

answer

A 年に1回ソフトボール大会に参加しています。

社員のコミュニケーションと健康意識の増進を目的として、卸団地の企業が集まって開催されるソフトボール大会に20～30名程でチームを作り、年に1回参加しています。年代も部署もこえてコミュニケーションがとれる場になっています。また、社員の家族も参加・応援に来てくれたりとにぎやかな大会になっています。

経営管理部
池田さん 山崎さん
趣味
「カフェ巡り」「マイペース
インテリア」

事例紹介

09 入交グループ本社株式会社

- その他サービス業 ● 従業員数／27名
- 勤務形態／8:30～17:30(12:00-13:00昼休み)



健康経営優良法人をはじめたきっかけは？

- | | |
|----------|-------|
| 従業員の高齢化 | ★★★★★ |
| 健診結果の悪化 | ★★★★★ |
| 人材確保・定着 | ★★★★★ |
| 生産性の向上 | ★★★★★ |
| 社会的評価の向上 | ★★★★★ |
| 経営者の考え | ★★★★★ |
| その他 | ★★★★★ |



体力測定における様子

「健康相談窓口」(お知らせチラシ)

こんな取り組みをしています

- 産業保健師設置 (男女1名ずつ計2名)
- 心と体の相談窓口設置

ラジオ体操(日に2回)

ストレスチェックの実施

2024年10月に産業保健師を配置し、健診結果に基づく保健指導や再検査の受診勧奨を実施しています。2次健診受診率100%という目標に取り組むため、日頃からグループ各社と連携し、制度面でも精密検査休暇の新設や婦人科がん検診費用の会社負担など、受診しやすい環境づくりを進めています。また、退職者の復職支援にも力を入れており、会社と保健師でフォローできる体制も構築しております。

現場で働く社員の怪我予防や、デスクワーク社員の肩こり・腰痛予防などに向けて運動習慣の定着が課題にあがったことから、日に2回ラジオ体操習慣を始めました。また高知産業保健総合支援センターと一緒に片足立ちや筋力などのテストを行い、社員一人ひとりの課題も明確になりました。今後継続していく中で、ラジオ体操習慣の効果に期待しています。

ストレスチェックの実施事務従事者は、各社担当と産業保健師の両体制としています。ストレスチェックの事後対応として、医師による面談に加え、産業保健師によるメンタル相談を実施できる体制を整えました。この体制になったことで、これまでよりさらに社員にとって相談しやすい環境になっていると思います。

健康保険委員にインタビュー

Q 保健師の在在によって会社全体で変化はありますか？

A 会社に知られることなく安心して相談できると評判です。

体と心の健康相談窓口を設けているので、会社に知られることなく安心して相談できると喜ばれていると感じています。また男女1名ずつ、計2名の保健師が在中していることも、社員にとって相談しやすい環境を作れているかなと思っています。

Q 今後、何か新しい取り組みは考えていますか？

A 歯科保健事業や高血圧予防事業などを考えています。

健康経営の第一歩として注目される高血圧対策に焦点を当て、減塩に関する取り組みができればと考えています。尿検査で塩分摂取量がわかるというキットがあり、産業医に提案してもらいながら実施していきたいと思っています。



業務部 産業保健師
柳生さん 有澤さん
好きな言葉
「虫の目・鳥の『感謝と笑顔』
目・魚の目」

事例紹介

10 高知商工会議所

- 経営の相談・支援により商工業の振興と地域社会の発展を目指しています
- 従業員数／30名
- 勤務形態／8:30～17:15(12:00～13:00昼休み)



健康経営優良法人をはじめたきっかけは？

- | | |
|----------|-------|
| 従業員の高齢化 | ★★★★★ |
| 健診結果の悪化 | ★★★★★ |
| 人材確保・定着 | ★★★★★ |
| 生産性の向上 | ★★★★★ |
| 社会的評価の向上 | ★★★★★ |
| 経営者の考え | ★★★★★ |
| その他 | ★★★★★ |



7月開催の睡眠改善講座の様子

こんな取り組みをしています

- 睡眠改善講座の開催
- 姿勢改善ストレッチ運動講座受講

健康回覧板を作成 (月1回)

2025年7月に行った職員アンケートの結果、睡眠に課題があることが分かり、2026年7、8、9月の3か月を睡眠改善月間とし、睡眠改善講座を開始しました。商工会議所の会員で健康経営アドバイザーがおり、講師をお願いしています。7月の講座では、不眠の原因の一つといわれる『姿勢不良』について解説いただきました。姿勢改善に向けたアドバイスやストレッチの仕方など分かりやすく具体的な内容で、参加者から好評でした。8月、9月は『自律神経の改善』や『食事改善』などの講座を予定しており、職員の健康に対する意識がより深まることを期待しています。

2025年に認定を受けてから、健康に関する回覧板を職員に回しています。保険会社から提供いただくデータを活用しており、興味を持ってもらえる話題を取り上げるよう心がけています。今は月に1か月程度の頻度で回していますが、職員の健康に対する意識を高めるために、今後は多岐にわたる内容をとりあげ、頻度を高めて回覧したいと考えています。



健康保険委員にインタビュー

Q 健康経営を周知していく中で苦労や課題はありますか？

A 周りの方にどうしたら協力してもらえるかが課題です。

これは必要だ! とやり始めたら、継続させること、持続性のある取り組みが大事になってくると思います。そのため組織の中では、上長に理解を仰いで協力してもらうのが不可欠。これからどうやって周りの人を巻き込めるかというのが私自身の課題です。

Q 今後、睡眠改善以外で取り組み予定はありますか？

A 職員のストレス解消に向けて取組を進めたいと考えています。

昨年行ったアンケートでは、仕事にストレスを感じている職員が多いことも分かりました。一人ひとりに気を配ることはもちろんのことですが、ストレス解消に効果的な取り組みを進めていきたいと思っています。



経営支援2課 課長
高橋 奈穂子 さん
愛犬の名前
「モコとハナ」
(トイプードル)

編集後記

各事業所の取り組み事例を取材し、それぞれの現場で課題に向き合いながら、工夫を重ねている姿が強く印象に残りました。地域や事業内容は異なっていますが、より良いサービスや価値を届けようとする前向きな姿勢には多くの学びがありました。今回紹介した取り組みが、読者の皆さまにとって新たな気づきや実践のヒントとなれば幸いです。今後も各事業所の挑戦や工夫に目を向けながら、現場の思いを丁寧に伝えていきたいと思います。



memo

Handwriting practice lines on page 16.

Handwriting practice lines on page 17.

健康経営優良法人2026 認定法人一覧

健康経営優良法人認定制度を活用しませんか？

健康経営優良法人認定制度とは、経済産業省が主体となり、地域や職場の健康課題に即した取り組みや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大企業や中小企業等の法人を顕彰する制度です。従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる法人として、外部へ「見える化」することは社会的な評価にもつながります。申請方法など、詳しくは経済産業省のホームページをご参照ください。

経済産業省 健康経営優良法人 

『健康経営優良法人2026』
認定おめでとうございます！

●健康経営優良法人2026(大規模法人部門)(※ホワイト500を除く)認定法人

認定法人名	市町村	業 種
株式会社技研製作所	高知市	機械
公益財団法人高知県総合保健協会	高知市	社団・財団法人、商工会議所・商工会
株式会社高知電子計算センター	高知市	情報・通信業
ニッポン高度紙工業株式会社	高知市	パルプ・紙
旭食品株式会社	高知市	卸売業

●健康経営優良法人2026(中小規模法人部門(ブライト500))認定法人

認定法人名	市町村	業 種
株式会社高知丸高	高知市	建設業
四国パイプ工業株式会社	高知市	建設業

●健康経営優良法人2026(中小規模法人部門(ネクストブライト1000))認定法人

認定法人名	市町村	業 種
株式会社技研施工	高知市	建設業
株式会社幸	高知市	福祉

●健康経営優良法人2026(中小規模法人部門)(※ブライト500、ネクストブライト1000を除く)認定法人

認定法人名	市町村	業 種
有限会社アール・ティ・エス	高知市	運輸業
株式会社ICU	高知市	専門・技術サービス業
株式会社アイジス	高知市	保険業
株式会社曉工務店	高知市	建設業
税理士法人アクティブ	高知市	専門・技術サービス業
株式会社アルゴ	高知市	小売業

認定法人名	市町村	業 種
アルフレッサ篠原化学株式会社	高知市	卸売業
株式会社今村塗装店	高知市	建設業
入交グループ本社株式会社	高知市	サービス業(他に分類されないもの)
株式会社インフラマネジメント	高知市	専門・技術サービス業
株式会社ウイズ・ソリューション	高知市	保険業
株式会社エースワン	高知市	小売業

●健康経営優良法人2026(中小規模法人部門)(※ブライト500、ネクストブライト1000を除く)認定法人

認定法人名	市町村	業 種
SEジャパン株式会社	高知市	サービス業(他に分類されないもの)
株式会社エス・ケー・ケー	高知市	製造業
株式会社MK鉄工	高知市	製造業
株式会社大藤	高知市	建設業
株式会社岡村文具	高知市	小売業
尾崎建設株式会社	高知市	建設業
株式会社小谷設計	高知市	福祉
株式会社海昌	高知市	建設業
兼松エンジニアリング株式会社	高知市	製造業
北村商事株式会社	高知市	卸売業
有限会社国沢建設	高知市	建設業
有限会社グランドワークス	高知市	建設業
株式会社ケアマックスコーポレーション	高知市	卸売業
株式会社ケーテック	高知市	建設業
株式会社建商	高知市	建設業
株式会社工栄	高知市	専門・技術サービス業
株式会社高知システムズ	高知市	情報通信業
株式会社高知自動車協会	高知市	学習支援業
高知商工会議所	高知市	社団法人、財団法人、商工会議所・商工会
高陽開発株式会社	高知市	建設業
サンガリア商事株式会社	高知市	小売業
三恵株式会社	高知市	製造業
三誠産業株式会社	高知市	建設業
株式会社シーメック	高知市	卸売業
株式会社JSP	高知市	サービス業(他に分類されないもの)
ジェイエムシー株式会社	高知市	サービス業(他に分類されないもの)
四国運輸株式会社	高知市	運輸業
四国管財株式会社	高知市	サービス業(他に分類されないもの)
四国鉱発株式会社	高知市	鉱業
株式会社四国パイプクリーナー	高知市	建設業
株式会社島産業	高知市	卸売業
医療法人翔和会	高知市	医療法人、社会福祉法人、健康保険組合等保険者
株式会社新来島高知重工	高知市	製造業
株式会社スリーキューブ	高知市	卸売業
有限会社成上建工	高知市	建設業
株式会社セキュリティファイブ	高知市	サービス業(他に分類されないもの)
相互物流株式会社	高知市	運輸業
株式会社太陽	高知市	製造業
チカミルテック株式会社	高知市	卸売業
株式会社T-ONE	高知市	保険業
電子工業株式会社	高知市	建設業
株式会社トミナガ	高知市	製造業
日興電設株式会社	高知市	建設業
株式会社日産サティオ高知	高知市	小売業
有限会社日鉄工業	高知市	製造業
パシフィックソフトウェア開発株式会社	高知市	情報通信業
株式会社はりまや住宅	高知市	建設業
株式会社ヒワサキ	高知市	卸売業
株式会社ファーストエステート	高知市	不動産業
株式会社ファースト・コラボレーション	高知市	不動産業
株式会社ファーストホールディングス	高知市	不動産業
有限会社深瀬電機	高知市	建設業
不二電気工芸株式会社	高知市	卸売業
株式会社マルヒラ	高知市	建設業

※経済産業省の認定順(R8.3.9発表)に記載

認定法人名	市町村	業 種
宮地自動車工業株式会社	高知市	サービス業(他に分類されないもの)
宮地電機株式会社	高知市	卸売業
株式会社明洋	高知市	建設業
山下電機株式会社	高知市	建設業
株式会社山壽工務店	高知市	建設業
株式会社山善工務店	高知市	建設業
株式会社ユーエスケー	高知市	サービス業(他に分類されないもの)
株式会社有恒社	高知市	保険業
株式会社よどや	高知市	小売業
株式会社リアン	高知市	福祉
ワールドビジネスシステム株式会社	高知市	情報通信業
安芸商工会議所	安芸市	社団法人、財団法人、商工会議所・商工会
井上石灰工業株式会社	南国市	製造業
株式会社栄光工業	南国市	製造業
株式会社エスイージー	南国市	製造業
株式会社垣内	南国市	製造業
四国スッピル工業有限会社	南国市	製造業
グライダー・タケナカベンディング株式会社	南国市	小売業
株式会社土佐マシン	南国市	卸売業
南国運送有限会社	南国市	運輸業
株式会社フタガミ	南国市	小売業
株式会社ミロク工芸	南国市	製造業
株式会社ミロク製作所	南国市	製造業
株式会社ミロクテクノウッド	南国市	製造業
高陵青果農業協同組合	土佐市	農業
株式会社サンプラザ	土佐市	小売業
株式会社土佐電子	土佐市	製造業
廣瀬製紙株式会社	土佐市	製造業
有限会社オーシャン・クルー	須崎市	サービス業(他に分類されないもの)
株式会社カネエイ	須崎市	卸売業
株式会社須崎青果	須崎市	卸売業
株式会社ALCON	四万十市	専門・技術サービス業
豚座建設株式会社	四万十市	建設業
サイバラ建設株式会社	四万十市	建設業
土佐電子工業株式会社	四万十市	製造業
株式会社中村住設	四万十市	建設業
株式会社ピース&オーク	四万十市	保険業
福原建設株式会社	四万十市	建設業
松倉建設工業株式会社	四万十市	建設業
高知機型工業株式会社	香南市	製造業
株式会社あさの	香美市	製造業
有限会社武政建設	香美市	建設業
湯浅建設株式会社	馬路村	建設業
大豊林業株式会社	大豊町	林業
株式会社とされいほく	大豊町	林業
株式会社高知ニュードライバー学院	いの町	サービス業(他に分類されないもの)
四国ブロック工業株式会社	いの町	製造業
有限会社恒石工務店	いの町	建設業
芋屋金次郎株式会社	日高村	小売業
澁谷食品株式会社	日高村	製造業
株式会社生田組	四万十町	建設業
有限会社四万十みはら菜園	三原村	農業
株式会社ベストグローウ	三原村	農業
有限会社じいんず工房大方	黒潮町	製造業

「高知家」健康企業宣言選択項目一覧

事業所の健康づくりにおいて、3つの必須項目とこれから取り組みたい項目を以下の①～⑳の中から1つ以上選んで、取り組んでいただきます。無理をして取り組むのではなく、できることから、できる範囲で始めていただくのがポイントです！



身体活動・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「オフィスdeエクササイズ」を実施する



食生活・栄養

- 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・休養

- 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

コピーしてご使用下さい

FAX：088-820-6023

協会けんぽ高知支部 宛

「高知家」健康企業宣言書

わが社は、全従業員が心身ともに健康で働き続けることができる会社を宣言するとともに、以下の内容に取り組みます



健診受診率100%

必須

年1回従業員全員が「定期健康診断」を受診します

※ 従業員に協会けんぽの生活習慣病予防健診（定期健康診断＋がん検診）・人間ドックを推奨します。
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

必須

健診結果で対象者となった従業員の特定保健指導（初回面談）の実施率を50%以上とします



重症化予防

必須

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



会社の取り組み

選択

これから取り組みたい項目を20ページの選択項目ページの中から1つ以上選んで、番号をご記入ください。

記入例：①、③、⑧、⑬

事業所			
宣 言 日	令和 年 月 日	資格情報のお知らせ 記号 12345678 番号1234 枝番00 氏名 協会 太郎 生年月日 平成 3年10月 1日 資格取得年月日 令和 6年12月 2日 保険者番号 01390012 保険者名称 全国健康保険協会 高知支部 健康保険記号・番号は ●「資格情報のお知らせ」 ●「資格確認書」 ●「マイナポータル」 （健康保険の資格確認画面） でご確認いただけます。	
健康保険記号			
事業所名			
事業所郵便番号	〒		
事業所所在地			
健康づくりご担当者（健康保険委員として登録させていただきます）			
健康保険記号		健康保険番号	
フリガナ			
氏 名			生年月日 S・H 年 月 日
電 話 番 号			役 職 名
メールアドレス	@		

【健康保険委員とは】事業所と協会けんぽを結ぶパイプ役として、従業員の方への周知広報や手続き等に関する相談対応のほか、健診をはじめとした健康保険事業の推進などにご協力いただく方です。
事業所に1名以上、被保険者のご登録をお願いしています。会費はかかりません。なお、日本年金機構の「年金委員」とは異なります。

