

協会けんぽとちぎ

職場内で掲示・回覧をお願いいたします

2026

8月号

とちぎ健康経営宣言事業所様限定！

オンライン健康セミナーのご案内

協会けんぽ栃木支部では、「とちぎ健康経営宣言」をされている事業所様を対象に、健康づくりのサポートとして、運動促進やメンタルヘルス等をテーマとした健康セミナーを実施しております。**無料**でご利用いただけますので、従業員様の健康意識の向上と、職場の健康維持・増進にお役立てください。



受講スタイルが選べる

- ✓ Zoom (リアルタイム受講)
- ✓ 動画配信
- ✓ DVD 貸出



従業員様のヘルス
リテラシー向上に！

参加費

無料

選べる全14講座！

講座一覧



1 脱メタボできる生活
改善のコツ

2 ロコモ・転倒予防の
ための運動ルーティン

3 頭痛・肩こり
分かって改善

4 今日からできる
腰痛予防

5 知って考える禁煙

6 睡眠が今より
満足できるコツ

7 分かって実践
ストレスケア

8 栄養・食事管理
レベルアップのコツ

9 腸活で改善する
健康課題

10 知って活用アルコー
ルマネジメント法

11 詳しくならう女性の
ウェルネス

12 健診結果を知って、
活かす

13 油断しないための
熱中症対策

14 口腔ケアで
生活の質向上

受付は先着順です。

お早めにお申込みください！

栃木支部ホームページで健康セミナーのサンプル動画が視聴できます！



栃木支部HP

申込期間

令和8年7月1日(水)～令和9年3月3日(水)

お申込みの方法

とちぎ健康経営宣言をしている事業所様宛に「令和8年度オンライン健康セミナーのご案内」を7月初旬にお送りしております。お送りした申込書をFAXしていただくか、ご案内に記載の二次元コードからWEBでお申込みも可能です。

とちぎ健康経営宣言をされていない事業所様は、同封のとちぎ健康経営宣言用紙をご提出ください。宣言証と併せてオンライン健康セミナーのご案内をお送りいたします。



とちぎ健康経営宣言をされていない事業所様は裏面をチェック！！ ▶

あなたの会社も始めてみませんか？

とちぎ健康経営宣言

栃木県内の2,098社が既に取り組んでいます!! (令和8年7月1日現在)



健康経営®とは？

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究所の登録商標です

従業員様の健康保持・増進の取り組みが「将来の収益性を高める投資である」との考えのもと、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することです。



とちぎ健康経営宣言とは？

「健康経営」に取り組む企業へのサポート活動の一つです。事業主の皆さまに「会社全体での健康づくり」に取り組むことを「健康宣言」として社内外に発信していただき、協会けんぽ栃木支部が取り組みをサポートいたします。



健康経営に取り組む事業所様だけの嬉しいメリット



生産性アップ

従業員様の健康意識が高まり仕事へのやる気が向上します。また、体調不良による欠勤率が低下します。



企業のイメージアップ

従業員様の健康を大切にすること企業として社内外からの評価や信頼が高まり、優秀な人材の確保や定着も期待できます。



負担ダウン

従業員様の健康を保持・増進することで医療費の削減が図られ、健康保険料率の抑制にもつながります。



リスクマネジメント

従業員様の健康管理を行うことで、労働災害や事故の発生を未然に防ぐ効果も期待されます。

さらに、健康セミナーの提供のほか、季節の健康情報誌のお届けや事業所の健康度を見える化し、課題把握の一助となる事業所（または業態別）カルテの提供など、栃木支部から様々なフォローアップを受けられます！とちぎ健康経営宣言の詳細はホームページをご確認ください▶



簡単2ステップ！

お申込み方法

STEP① 自社で取り組む健康づくりの項目を選ぶ

STEP② 同封の「とちぎ健康経営宣言用紙」を
協会けんぽ栃木支部へFAX(または郵送)する

とちぎ健康経営宣言用紙を受付後、「とちぎ健康経営宣言証」をお送りいたします！



とちぎ健康経営宣言用紙



とちぎ健康経営宣言証

さらなる ステップアップ！

国や県の認定を目指してみませんか？

いずれの認定もとちぎ健康経営宣言が必須要件となっています！
詳細は栃木県、経済産業省のホームページをご確認ください。

栃木県HP
(健康長寿とちぎweb)
はこちら▶



経済産業省
ホームページ
はこちら▶



【国】健康経営優良法人認定制度

【栃木県】とちぎ健康経営事業所認定制度

【協会けんぽ栃木支部】とちぎ健康経営宣言事業所



「もしも」と「いつも」に安心を。

協会けんぽ

全国健康保険協会 栃木支部

〒320-8514 宇都宮市泉町6-20 宇都宮DIビル7階

☎ 028-616-1691 (代表) 受付時間：平日8:30～17:15 (土日祝・年末年始を除く)

協会けんぽ栃木支部

検索

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

健康保険制度等に関するお役立ち情報配信中！

栃木支部
公 式

LINE

お友だち登録はこちらから→



栃木支部
公 式

メルマガ

新規登録はこちらから→

