

健康経営[®]で 笑顔あふれる職場づくり

「健康経営[®]」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。



事業主様

こんなお悩みはありませんか？

従業員の心身の不調や欠勤、早退が気になるなあ～



医療費が昨年より増えたかもしれないわあ～



従業員の減少や高齢化が心配だ



そのお悩みがリスクをもたらします

お悩み1

従業員の年齢的なリスクも高まり、生活習慣病の増加や長時間労働による過労、パワハラや職場の人間関係などが原因によるメンタルヘルスの不調を訴える人が増加しています。

お悩み2

医療費を含む社会保障費は、「見えない人件費」と呼ばれることもあり、従業員の通院や薬代が増えることで企業が負担する医療費が増加しています。

お悩み3

少子高齢化が進み、労働人口の減少が深刻な問題です。人手不足や従業員の定着率も大きな課題となっています。

リスク1

疾病発症の増加

リスク2

企業の支払い負担がアップ

リスク3

労働生産性のダウン

生活習慣病・メンタルヘルスの不調が増加

茨城支部の生活習慣病リスク順位

※全47支部のリスク保有率を高い順に並べた結果

リスク	男性	女性
メタボリックシンドローム	ワースト7位	ワースト9位
腹 囲	ワースト4位	ワースト14位
血 圧	ワースト6位	ワースト15位
代 謝	ワースト14位	ワースト3位
脂 質	ワースト8位	ワースト7位

参考：医療費分析の資料・地域の医療費分析等に関するデータ 令和4年度

メンタルヘルスの不調 (精神及び行動の障害)

約11倍
に増加

平成10年	令和5年度
5,505件	59,826件

出典：「現金給付受給者状況調査報告」全国健康保険協会 令和5年度

お悩みを減らして、リスク軽減!

健康経営で解決しませんか?

Q 健康経営って?

A 経営的な視点から従業員の健康管理を行うことで、企業の生産性や業績を上げていこうという取組です。



従業員は人財! 「働きやすい環境を整える」ことが重要です

健康経営でお悩み解決

メリット1

疾病予防 健康増進

健康への意識が高まり食生活や運動習慣の改善、生活習慣病を予防・改善できる効果が期待できます。また、社員同士で励まし合うなど、コミュニケーションが増え、明るい職場が生まれます。



メリット2

企業支払 負担軽減

疾病予防により手当の支払い減少、医療費削減による健康保険料負担の抑制など、企業の支払い負担を軽減できます。



メリット3

生産性 アップ

従業員が健康な状態であれば、モチベーションやパフォーマンスが高められ、業務に集中することができます。欠勤率や長期休業の割合も下がり、生産性がさらにアップします。



従業員側から見た健康経営のメリット

活気のある明るい職場



健康への意識改善



誇りを持って
前向きに働ける

従業員の健康維持が企業にとっても大きなメリットになります

さらに
未来へ
つづく

健康経営で 企業イメージアップ作戦!

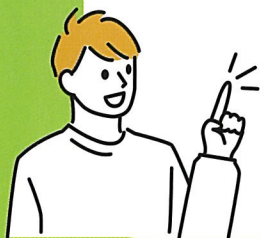
これからの時代、**求職者に選ばれる企業の特徴**とは?

従業員の健康や働き方に
配慮している企業を選びたい

引用：経済産業省「平成28年度調査の結果」

Yes
就活生
43.8%

Yes
就活生の親
49.6%



**「健康経営」「働く環境」への取組を
重視して企業を選んでいきます。**



将来的
メリット

健康経営に取り組む企業は、従業員を大切に考えている
企業だという印象を与え、将来的にも企業のイメージアップ
や採用力を高めることにつながり、**人手不足の解消**につな
がっていきます。

ほかにも

「インセンティブ措置」が受けられます

健康経営に取り組んでいることを評価し、**インセンティブを付与する
自治体や金利優遇制度を導入する金融機関**が増えています。



では、「健康経営」を実践するには?

協会けんぽ茨城支部が「健康経営」をサポートします

まずは、「**健康づくり推進事業所**」として宣言して、
認定を受けましょう

「健康づくり推進事業所宣言書」についてはP6へ

健康づくり推進事業所として
認定を受けるまでのステップは
裏表紙をご確認ください。

レンタル機器や出前講座などの
無料の特典を活用して
「健康づくり」を
実践していきましょう



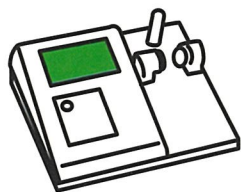
健康づくり推進事業所 認定特典

無料

健康測定機器レンタル

社内の健康づくり、コミュニケーションツールとしてご活用ください。

- 血管年齢測定器
- 骨健康度測定器
- 肌年齢測定器
- ストレス測定器



健康セミナー

外部専門事業者による「健康セミナー」を体験できます。(対面、オンライン、VOD視聴 など)

セミナー例

- からだマネージメントセミナー
- 機能改善ストレッチ
- VDT 疲労改善
- ヨガでリラックス など



お口の健口教室

協力：茨城県歯科医師会

- 歯科の講演
 - 口腔機能検査体験
- (60分程度)

働く世代の口腔保健の重要性が高まっています。歯科医師・歯科衛生士によるお口の健康や口腔機能に関する講座です。

お薬と健康教室

協力：茨城県薬剤師会

- お薬と健康に関する講演
- (30分～60分程度)

薬剤師による薬の正しい飲み方や得する薬の知識、ジェネリック医薬品などお薬と健康に関する講座です。



メンタルヘルスケア研修会

協力：茨城産業保健総合支援センター

心の健康を維持し、ストレスへの適切な対応方法等を習得するための研修会です。メンタルヘルス対策促進員が事業所を訪問します。

治療と仕事の両立支援

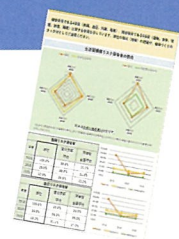
協力：茨城産業保健総合支援センター

病気等が原因で離職する前にご相談ください！両立支援促進員が事業所を訪問します。

事業所健康度診断カルテの発行

事業所の加入者の健診データの集計結果から健康度を診断し、茨城支部全体や同業種の平均と比較できる資料を毎年度お送りします。

※加入者数が少ないなど内容から個人が特定される可能性がある場合は発行できないことがあります。



他にも、スモールステップ実践ステッカーの配布、金融機関の金利優遇などの特典もあります。各講座についての申込方法等の詳細については、協会けんぽ茨城支部ホームページをご覧ください。

※無料特典は年度によって変更になる場合があります。

FAX.029-303-2100

詳細はこちらから



認定を受けた後は、さらなる取組を目指しましょう 茨城県・国の「健康経営認定制度」

協会けんぽ
茨城支部

「健康づくり推進事業所」
として認定を受ける

認定のステップ
イメージ

国

健康経営優良法人認定制度

茨城県

いばらき健康経営推進事業所認定制度

協会けんぽ
茨城支部

健康づくり推進事業所認定制度

※詳細は茨城県、経済産業省のホームページでご確認ください。

いばらき健康経営推進事業所認定制度

茨城県

従業員の健康に配慮した取組を行う事業所を「いばらき健康経営推進事業所」として認定します。認定事業所は、**求人や事業資金融資面での優遇措置を利用できる**ほか、茨城県HPで認定事業所として公開され、**企業イメージアップ**を図ることができます。

増加

認定数の 推移	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
	32	50	94	105	144

※新規申請受付分のみ

※協会けんぽ茨城支部加入事業所以外も含む

メリット

○ハローワーク求人票への記載
○金融機関の金利優遇

○茨城県建設工事入札参加資格審査に
おける評価点数の加点 など

健康経営優良法人認定制度

国

地域の健康課題に即した取組や日本健康会議が進める健康増進の取組をもとに、特に優良な健康経営を実践している法人を顕彰する制度です。

認定は「大規模法人部門」、「中小規模法人部門」の2部門で行っています。「健康経営優良法人」に認定されると、従業員や求職者、関係企業や金融機関などから「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取組んでいる法人」として**社会的な評価を受けられます**。

増加

認定数の 推移(茨城県)	2021	2022	2023	2024	2025
	54	110	172	289	375

※中小規模部門（ブライド500、ネクストブライト1000含む）のみ

※協会けんぽ茨城支部加入事業所以外も含む

メリット

○健康経営優良法人マークの使用（名刺・HPに記載）
○経済産業省のHPに企業名公開 など

健康づくり推進事業所宣言書

全国健康保険協会茨城支部長 様

当社は社員が心身とも元気で働ける会社を目指し、下記の項目について取り組んでいくことを宣言します。

共通項目

- ☒ 社員の健診を_____％実施することを目指します

※これまでの事業所の受診率から、無理のない範囲で目標数値を設定してください。

例：健診は全職員に受けさせるのだから、目標数値は今年100%実施する

昨年度の健診は70%しか受診していなかったから、今年度は80%を目指す

- ☒ 特定保健指導の実施率を_____ %以上にすることを目指します

※これまでの事業所の実施率から、無理のない範囲で目標数値を設定してください。

また、現在該当者がいない場合は、該当者が出た時を想定して設定してください。

例：該当者はいないが、特定保健指導も大事だから、健診同様100%実施を目指す

30%しか実施できていないので、まずは倍の60%実施することを目指す

- ☒ **健康づくりに関する情報を発信します**

例：協会けんぽのメールマガジンを登録し、社内で回覧する

協会けんぽ発行の広報誌を掲示板に掲載する

選擇項目

“我が社の健康づくり”を実施します（複数選択可）

※1つ以上チェックを入れてください

例: ☐ メンタルヘルス 例: 相談窓口の設置

□ 生活習慣改善（運動・食事） 例：毎朝全員でラジオ体操実施、ヘルシーメニュー弁当導入

□ 適正な働き方 例：ノー残業デー導入

☐ 禁煙・分煙対策 例：就業時間中禁煙

☐ オリジナルの取り組み（

令和 年 月 日 事業所住所

事業所名

事業主氏名

電話番号

※健康づくり推進事業所として宣言し、認定されたことについて

協会けんぽ茨城支部のホームページに公表することに

☐ 同意します☐ 同意しません

協会けんぽ茨城支部との窓口になっていただける方（事業主様または労務管理ご担当様）をご登録願います

下記の者は協会けんぽ茨城支部との窓口（健康保険委員）として登録し、協会けんぽ茨城支部からの情報を受け取り、他の社員に情報提供いたします。

担 当	保険証の記号・番号	記号	番号
	所属・役職名		
	担当者名（健康保険委員名）		
	連絡先	TEL / FAX	/
	メールアドレス ※月1回メールマガジンを配信します	@	

お申込みは、郵送 または **FAX.029-303-2100** で受付しております。

健康づくり推進事業所認定制度

ステップの
ご紹介

ステップ 1

「健康づくり推進事業所」を宣言

協会けんぽ茨城支部へ健康づくり推進事業所の「宣言書」、健康経営の取組に関する「チェックシート」を提出します。

※チェックシートは茨城支部ホームページからダウンロード、もしくは茨城支部から郵送またはFAXにてお送りできます。

郵送

〒310-8502 茨城県水戸市宮町1-2-4 マймビル9階
全国健康保険協会 茨城支部

または

FAX

029-303-2100

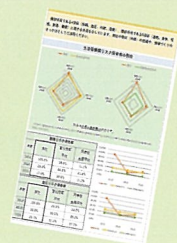


ステップ 2

「事業所健康度診断カルテ」を送付 届き次第、内容を確認

協会けんぽ茨城支部から事業所の健康度が見える化した「事業所健康度診断カルテ」を事業所にお送りします。届き次第内容を確認しましょう。

※加入者が少ない場合や結果から個人が特定される可能性がある場合は提供できないことがあります。



ステップ 3

支部職員から貴社へ電話でヒアリング

ご提出いただいた「宣言書」「チェックシート」をもとに、支部職員がお電話で担当者にヒアリングを行います。

※宣言項目を変更する場合、再度「宣言書」の提出をお願いします。

協会けんぽです！



ステップ 4

評価結果のフィードバック・認定証の発行

「チェックシート」に基づき、評価結果（高い順にS、A、B、C、Dの5段階評価）を送付します。健康経営の取組が優れている事業所（S、A、B）には認定証を発行します。



協会けんぽ茨城支部は健康経営に取り組む事業所を
「健康づくり推進事業所」として認定し、健康づくりをサポートいたします！

お問い合わせ



全国健康保険協会 茨城支部
協会けんぽ

企画総務グループ



〒310-8502 茨城県水戸市宮町1-2-4 マймビル9階
<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ibaraki/>
TEL.029-303-1500 (音声案内4番)

