

京都支部で1,000社突破!

健康経営を始める企業が増えています

ぎょう  
京から取り組む

# 健康事業所宣言



私たちも応援しています

京都府商工会議所  
連合会

京都府商工会  
連合会

京都府中小企業  
団体中央会

京都府

京都労働局

京都産業保健総合  
支援センター

● 「健康事業所宣言」をして従業員一人ひとりが心身ともに元気で働ける会社を目指しましょう ●

健康経営で好循環を作ります!!

## リスクマネジメント

- 休業による労働損失の軽減
- 業務中の疾病・事故防止

## 従業員の活力向上

- コミュニケーションの活性化
- 社内の雰囲気改善



## 生産性の向上

- モチベーションの向上
- 業務効率の向上

## 企業価値の向上

- 企業イメージの向上
- 社会的信用の向上
- 従業員採用時のアピール

「健康経営®」とは

従業員の健康を重要な経営資源と捉え、積極的に従業員の健康づくりに取り組むことで会社の生産性向上を目指す経営手法のことです。 ※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です



全国健康保険協会 京都支部

協会けんぽ

# 健康事業所宣言取り組み項目一覧表

1

## 必須項目

法令に従い、健診を  
100%受診します

2

特定保健指導実施率  
(初回)を前年度以上とします

※特定保健指導の対象者がおられる場合  
に限ります。

3

健診結果が再検査・要治療者だった従業員には  
医療機関の受診を促し、  
重症化予防に努めます

## オリジナル 項目

下記の項目の中から、貴社で取り組む内容を

**2項目以上選び、**

にチェックをし、「健康事業所宣言エントリーシート」  
に取り組み項目の番号を記入してください。

宣言カテゴリ	取り組み項目
職場環境の整備	<input type="checkbox"/> ① 体重計や血圧計を設置し、定期的に体重や血圧の測定を行う <input type="checkbox"/> ② 協会けんぽの健康測定機器のレンタルを利用する <input type="checkbox"/> ③ 協会けんぽ等が実施する健康経営セミナーに参加し社内に周知する <input type="checkbox"/> ④ 40歳以上の従業員の健診結果を協会けんぽに提供する（生活習慣病予防健診を受診している場合を除く） <input type="checkbox"/> ⑤ 特定保健指導の実施を促すための指導時間の就業時間認定や場所の提供等を行う <input type="checkbox"/> ⑥ 協会けんぽのメールマガジンを登録し、健康啓発や情報共有を行う <input type="checkbox"/> ⑦ 自治体が実施する健康づくり事業等に参加する（健康ポイント事業等） <input type="checkbox"/> ⑧ 平均超過勤務時間を前年度以下にする 
食習慣・飲酒習慣の改善	<input type="checkbox"/> ⑨ 自動販売機の商品に特定保健用食品（トクホ）の飲料等を導入する <input type="checkbox"/> ⑩ 食堂や仕出し弁当にヘルシーメニューを取り入れる <input type="checkbox"/> ⑪ 食事（栄養）をテーマにした協会けんぽの健康講座を受講する <input type="checkbox"/> ⑫ 間食を控える（食べない日を設定する） <input type="checkbox"/> ⑬ 社内全体で休肝日を設定する（従業員に休肝日を設定してもらう） 
運動の推進	<input type="checkbox"/> ⑭ 朝礼時や昼休憩後にラジオ体操やストレッチの時間を設ける <input type="checkbox"/> ⑮ ウォーキングイベントなどに参加する <input type="checkbox"/> ⑯ 階段利用強化週間・月間等を設定する <input type="checkbox"/> ⑰ 従業員が歩数計を常に携帯する <input type="checkbox"/> ⑱ 運動をテーマにした協会けんぽの健康講座を受講する <input type="checkbox"/> ⑲ 徒歩や自転車通勤を推奨する <input type="checkbox"/> ⑳ 社内のクラブ・サークル活動を促進する 
喫煙対策	<input type="checkbox"/> ㉑ 喫煙場所を限定し、分煙を行う <input type="checkbox"/> ㉒ 社内で禁煙日（禁煙時間）を設定する <input type="checkbox"/> ㉓ 就業時間内は禁煙にする <input type="checkbox"/> ㉔ 敷地内を禁煙とする <input type="checkbox"/> ㉕ 喫煙者に禁煙外来への相談等を勧める <input type="checkbox"/> ㉖ 禁煙成功者や非喫煙者にインセンティブ（クオカード・図書券など）を付与する <input type="checkbox"/> ㉗ 社内の喫煙率を前年度以下にする 
メンタルヘルス対策	<input type="checkbox"/> ㉘ ストレスチェックを実施する <input type="checkbox"/> ㉙ あいさつ運動を行う <input type="checkbox"/> ㉚ 定期のノー残業デーを設定し定時退社を徹底する <input type="checkbox"/> ㉛ メンタルヘルスをテーマにした協会けんぽの健康講座を受講する <input type="checkbox"/> ㉜ 従業員が参加できるレクリエーションを企画する <input type="checkbox"/> ㉝ 計画的な有給休暇の取得を行う 
家族の健診	<input type="checkbox"/> ㉞ パンフレット等の回覧や朝礼等の機会を通して、家族の健診受診を呼びかける <input type="checkbox"/> ㉟ 家族の健診受診ポスターを事業所内に掲示する 
感染症予防	<input type="checkbox"/> ㊱ インフルエンザ等の予防接種の費用を（一部）負担する <input type="checkbox"/> ㊲ 感染症予防等の対策講座を受講する <input type="checkbox"/> ㊳ アルコール除菌液の設置や、マスクを配布する <input type="checkbox"/> ㊴ テレワークや時差出勤を導入する 
その他(自由記載)	<input type="checkbox"/> ㊵ ( ) 

# エントリーシートの記入例

## 健康事業所宣言エントリーシート

当社は、従業員一人ひとりが心身ともに元気で働ける会社を目指し、従業員の健康づくりを積極的に取り組みます。

例

令和 年 月 日 事業所所在地 〒 -

**事業所の情報を記入してください**

事業主氏名

- ✓ 法令に従い、健診を100%受診します(必須項目)
- ✓ 特定保健指導実施率(初回)を前年度以上とします(必須項目)  
※特定保健指導の対象者がおられる場合に限りです。
- ✓ 健診結果が再検査・要治療者だった従業員には医療機関の受診を促し、重症化予防に努めます(必須項目)

- 1 オリジナル項目の「取り組み項目」の中から貴社の取り組み内容を番号でご記入ください。
- 2 1の取り組み内容の中から貴社が特に注力する取り組み内容をお選びください。  
※お選びいただいた項目を宣言証に記載してお送りします。

### 健康事業所宣言取り組み項目一覧 オリジナル項目

宣言カテゴリ	1 貴社の取り組み項目番号 「その他」を選択された場合は、取り組みメニューを記入ください。	2 貴社が特に注力する 取り組み項目番号
職場環境の整備	①、③、⑥	宣言証に記載したい項目を ①の中から全体で2〜4項目
食習慣・飲酒習慣の改善		
運動の推進	⑭、⑯	
喫煙対策		
メンタルヘルス対策	⑳	
家族の健診		
感染症予防		
その他	④⑩ 個人単位の「健康宣言」を実施	③、⑭、 ⑳、④⑩

例

協会けんぽ京都支部との窓口になっていただけのご担当者(事業主、労務管理ご担当者)をご記入ください。なお、ご担当者様が健康保険委員でなかった場合には健康保険委員に登録します。

	記号	番号
ご担当者名	(ふりがな)	
電話番号		
メールアドレス		@

**健康づくりのご担当者様の情報を記入してください**

※協会けんぽ京都支部の被保険者であることが条件です

保険証の上部にある数字です。



協会けんぽ京都支部のホームページ等で事業所名の掲載を希望しない場合は  チェックしてください。

- ※ ご提供いただきました個人情報は厳重に管理し、健康保険委員活動に関するこのみに使用します。
- ※ 健康保険委員様へのお知らせとして京都支部からメールマガジンを配信しますので、裏面の利用規約をご確認ください。

## かんたん 3 ステップ



### 「健康事業所宣言 エントリーシート」の提出

健康づくりの目標・取り組み内容を記入し、協会けんぽ京都支部にFAXまたは郵送でご提出ください。協会けんぽ京都支部から宣言証を交付します。

※ご提出いただいてから2～4週間程度で発送いたします。

### 宣言証の掲示

宣言証を社内の目立つところやホームページに掲示して、従業員の健康づくりに取り組むことを宣言します。また、従業員や社外の皆さまにご紹介をお願いします。

### 健康づくりメニューへの取り組み

健康事業所宣言取り組み項目一覧の必須項目・オリジナル項目にもとづいて実践しましょう！

## 健康事業所宣言をステップアップ！

### Action 評価に基づき、次のPDCAに繋がる取り組み改善

- 【協会けんぽサービスツール】
- 健康事業所宣言取組事例集
  - 健康経営セミナー



### Plan まずは自社の健康課題を把握して、無理のない目標を設定

- 【協会けんぽサービスツール】
- 健康事業所宣言エントリーシート
  - 事業所健康度カルテ
  - 取り組みチェックシート



## PDCAを回した健康経営の実践

#### 外部機関による認証制度の活用例

- 健康経営優良法人（経済産業省等）
- きょうと健康づくり実践企業（京都府）



協会けんぽ以外にも、外部機関のサポート・サービスを活用。

- 健診実施機関
- 労働局
- 産業保健総合支援センター
- 京都府
- 自治体
- など

### Check 取り組みの効果を経年で比較する等により評価

- 【協会けんぽサービスツール】
- 生活習慣病予防健診
  - 事業所健康度カルテ
  - 取り組みチェックシート（振り返り）



### Do 事業所が主体となった健康づくりの取り組みの実施

- 【協会けんぽサービスツール】
- 健康講座
  - 健康測定機器レンタル
  - 特定保健指導
  - ※機器は毎年変更となる場合があります
  - メールマガジン配信（健康情報）



# 京都府からのお知らせ

(※掲載内容は令和5年7月時点の情報を基に作成しています)

子育て環境日本一の  
京都を目指して！

## 多様な働き方推進事業費 補助金のご案内

仕事と生活の両立支援  
のため、社内制度を  
整備したい!!



病児保育にも対応できる  
子連れ出勤スペースを  
設置したい!!



取組を発信し、  
人材確保に  
つなげたい



人材確保・定着の促進を目的に  
従業員の仕事と家庭の両立に向け  
多様な働き方の推進に取り組む  
府内中小企業等を支援します！

### 補助対象事業

- 1 仕事と生活の両立支援のための就業規則等社内制度の整備、多様な働き方の推進に向けたコンサルタントの導入
- 2 託児スペースの整備など多様な働き方の推進に向けた施設整備
- 3 労働生産性の向上による長時間労働の削減等、多様な働き方の推進に繋がる機器・ソフトウェアの導入
- 4 多様な働き方の理解促進に向けた研修・セミナー等の実施
- 5 1～4までの取組を発信し、人材確保に繋げるための求人媒体への掲載、企業説明会への出展等



### 補助率・補助額

中小企業等が個別に事業実施する場合 補助率1/2以内 補助上限50万円

※補助率・補助額については、特定の条件を満たした場合に嵩上げされることがあります。詳しくは、労働政策室(075-414-5090)までお問い合わせください。

申請期間 | 令和5年4月14日(金)～12月28日(木)

※補助金は予算の範囲内で交付するため、期間内であっても募集を終了する場合、あるいは希望された金額を交付できない場合がありますので、御了承ください。



## きょうと健康づくり実践企業のご案内

### 認証企業 随時受付中

—令和5年度表彰対象締切—  
令和5年12月22日(金)必着

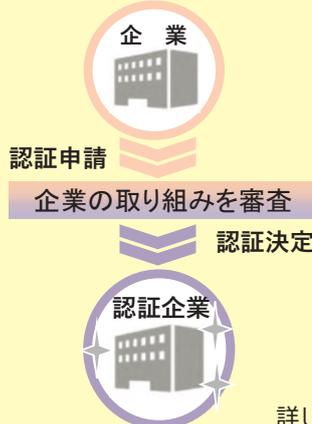
京都府では、がん検診受診率向上や健康づくり活動に取り組む企業を「きょうと健康づくり実践企業」として認証しています。大切な従業員の健康を守り、働く世代の健康づくりを推進しましょう。

### 認証企業のメリット！

- ・従業員の健康づくりに積極的に取り組む健康経営企業として、企業ホームページ、製品、名刺、広告等、広くアピールできます。(認証賞、ステッカー、ロゴデータが送られます)
- ・認証企業を京都府ホームページ等で、広く府民にPRします。

※申請様式をそろえて、持参・郵送・メールにて、京都府健康対策課または京都府保健所に提出。

### — 認証までの流れ —



### 企業の取り組み

- ・がん検診・特定健診受診促進へ向けた取り組み
- ・健康づくりの取り組み
- ・受動喫煙防止対策

【対象】常勤従業員が計5名以上の事業所  
【認証期間】1年間

詳しくは [きょうと健康づくり実践企業](#) [検索](#)

## 高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン

高齢労働者の就労が一層進むと見込まれる中、高齢労働者が安心して安全に働ける職場環境の実現に向け、**エイジフレンドリーガイドライン**が策定されていますので、**ご活用ください**。

参照 [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/roudoukijun/anzen/newpage\\_00007.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/newpage_00007.html)

**エイジフレンドリーガイドライン**  
(高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン)

厚生労働省では、令和2年3月に「高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン(エイジフレンドリーガイドライン)」を策定しました。働く高齢者の特性に配慮したエイジフレンドリーな職場を目指しましょう。





働く高齢者が増えています。60歳以上の雇用者数は過去10年間で1.5倍に増加、特に商業や保健衛生業をはじめとする第三次産業で増加しています。こうした中、労働力需給による雇用者数では60歳以上の労働者が全体の割合は26%（2018年）で増加傾向にあります。労働力需給は、労働力への高齢労働者で増加傾向、中でも、転居状況、下落・転居状況の発生率が若年層に比べ高く、女性で顕著です。

<年齢別雇用者数発生状況（休業4日以上）>

年齢	2008年	2018年
60歳以上	2,171	3,271
50歳以上	1,040	1,748
40歳以上	408	708
30歳以上	122	222
20歳以上	10	10

<年齢別・男女別の労働力需給発生率 2018年>

年齢	発生率	男女
60歳以上	4.08	4.08
50歳以上	2.95	2.95
40歳以上	1.10	1.10
30歳以上	0.30	0.30
20歳以上	0.02	0.02

<年齢別の休業見込み期間の長さ>

年齢	長さ
60歳以上	1.5倍
50歳以上	1.2倍
40歳以上	1.0倍
30歳以上	0.8倍
20歳以上	0.6倍

高齢者は身体機能が低下すること等により、若年層に比べ労働災害の発生率が高く、結果的に長期化しやすいことが分かってきました。体力に自信がない人や仕事に慣れていない人、本意ですべての働く人の労働力需給を確保するためにも、職場環境改善の取組が重要ですよ。

このガイドラインは、雇用される高齢労働者対象としたものですが、雇用契約により労働時間を短縮させることのある事業場においても、職務特性により就業する年齢層に対し、このガイドラインを参考として取組を行ってください。

厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

### 【主な内容】

#### ◎ 事業者求められる事項

- 1 安全衛生管理体制の確立
- 2 職場環境の改善
  - … 身体機能の低下を補う設備・装置の導入など
  - … 敏捷性や持久性、筋力の低下等の高齢労働者の特性を考慮した作業内容等の見直しなど
- 3 高齢労働者の健康や体力の状況の把握
- 4 高齢労働者の健康や体力の状況に応じた対応
  - … 基礎疾患の罹患状況を踏まえ、労働時間の短縮や深夜業の回数の減少、作業の転換等の措置を講じるなど
- 5 安全衛生教育

#### ◎ 労働者に求められる事項

- … 自らの身体機能や健康状況を客観的に把握し、健康や体力の維持管理に努めるなど

高齢労働者 安全衛生対策

検索



## 事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン



厚生労働省ホームページでは、ガイドライン本文のほか、治療と仕事の両立に向けた取組方法や取組事例、両立支援に役立つ様々な情報を掲載しています。

治療と仕事の両立支援ナビ ポータルサイト  
(<https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/>)

治療と仕事の両立支援ナビ

検索



## 職場における受動喫煙防止対策のためのガイドライン・同助成金のご案内



### ◆職場における受動喫煙防止対策について

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/roudoukijun/anzen/kitsuen/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/kitsuen/index.html)



### ◆受動喫煙防止対策助成金

今年度の申請受付は令和6年1月31日までです。

(申請様式のダウンロードや、本助成金の手引きなど)

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000049868.html>

※対象は、健康増進法で定める既存特定飲食提供施設に限ります。

## 職場のメンタルヘルス対策をお手伝いします！

京都産業保健総合支援センターでは、事業場におけるメンタルヘルス対策の普及促進を図るため、メンタルヘルス対策に関する訪問支援を専門的に行う「メンタルヘルス対策促進員」を配置し、以下の個別訪問支援サービスを無料でご提供しています。また、精神科医・カウンセラー等への無料相談窓口を開設しています。ぜひご利用ください。 **※ご利用には事前予約が必要です。**



1. 「こころの健康づくり計画」の策定に関する支援
2. 「職場復帰支援プログラム」の作成に関する支援
3. 管理監督者教育への講師派遣
4. 若年労働者教育への講師派遣
5. ストレスチェック制度導入に関する支援や実施後の職場環境改善等に関する支援

詳しくは   「メンタルヘルス対策支援サービス」のバナーからご覧ください

労働者数50人未満の中小規模事業場では、産業医の選任義務がないため、事業者が独自に産業医を確保し、労働者に対する保健指導等の産業保健サービスを提供することが困難な状況にあります。

このため、京都府内に7つの「地域産業保健センター」が設置されており、法律で定められた産業保健サービスを無料で提供しています。労働者の健康管理にお役立てください。

(例) 脳・心臓疾患のリスクが高い労働者に対する保健指導、健康診断の結果に基づく医師の意見聴取等

### お問い合わせ先：京都府内の地域産業保健センター

センター	所在地・電話・FAX	管轄地域	担当者 (コーディネーター) 電話番号
京都上地域産業保健センター	京都市中京区西ノ京東柵尾町6 (一社) 京都府医師会館4階 TEL 075-468-1144 FAX 075-468-1442	上京区、中京区、左京区、 北区、右京区、西京区	080-5952-8477 090-6209-0868
京都下地域産業保健センター		下京区、南区、東山区、山科区、 長岡京市、向日市、乙訓郡	080-6569-9331
京都南地域産業保健センター		伏見区、宇治市、城陽市、 八幡市、京田辺市、木津川市、 久世郡、綴喜郡、相楽郡	080-5952-8479
中丹地域産業保健センター	福知山市末広町2-9 交友会館3階 (公社) 京都労働基準協会 福知山支部内 TEL・FAX 0773-24-1055	福知山市、綾部市	080-5952-8481
舞鶴地域産業保健センター	舞鶴市大字上安久小字安久谷原381-2 (公社) 京都労働基準協会 舞鶴支部内 TEL・FAX 0773-77-5755	舞鶴市	080-5952-8480 080-5952-8483
丹後地域産業保健センター	京丹後市峰山町杉谷868 峰山町織物センター内 (公社) 京都労働基準協会 丹後支部内 TEL・FAX 0772-62-2344	京丹後市、宮津市、与謝郡	080-5952-8484 080-5952-8485 080-6569-9330
京都中部地域産業保健センター	南丹市園部町新町49-1 (公社) 京都労働基準協会 園部支部内 TEL・FAX 0771-86-8811	亀岡市、南丹市、船井郡	080-5952-8486 080-5952-8487

## ① 宣言証を 交付いたします



## ② 協会けんぽ京都支部のホームページで 社名を公表いたします ※公表しないことも可能です。 従業員の健康づくりに取り組む企業としてイメージの向上に！



## ③ 事業所健康度カルテまたは 取り組みチェックシート をお届けします

健康づくりの課題発見や経年での評価に役立ちます  
(年1回、毎年9月頃にお送りします)

※事業所健康度カルテは35歳以上の健診受診者10名以上の事業所様に提供可能です。



## ④ 健康講座を **無料** で受講していただけます



## ⑤ 健康測定機器を **無料** でレンタルいたします ※先着順となります。 ※レンタル期間は1週間以内です。



## ⑥ 京都信用金庫の金利優遇サービス

京都信用金庫において、健康宣言事業所を対象とした事業所様向け・従業員様向けの金利優遇サービスを受けていただけます。

※商品及び利用条件等の詳細は京都信用金庫までお問合せください。 ※特典の内容は変更となる可能性があります。



### 特に健康講座・健康測定器機器レンタルは毎年ご好評いただいております

#### (利用者の声)

毎年、健康講座を利用しています。メニューが10種類以上と豊富なので、社内でアンケートを行い受講する講座を決めています。毎月行われる安全衛生会議の後に実施し、普段現場にでている従業員も多く受講できるようにしています。



#### (利用者の声)

健康測定器レンタルを利用しています。レンタル期間中は都合の良い時間に計測することができ、健康について考える機会となる他、従業員同士のコミュニケーション活性化にも繋がっていると実感しています。

### ご提出・お問い合わせ先

〒600-8522 京都市下京区四条通麩屋町西入立売東町28-2 大和証券京都ビル

全国健康保険協会（協会けんぽ）京都支部 企画総務グループ

**TEL 075-256-8636** **FAX 075-256-8670**

受付時間 / 8:30 ~ 17:15 (土日・祝日・年末年始を除く)