



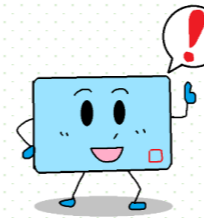
# チェックリスト

健康経営の組織体制 (●: 必須)	<input checked="" type="checkbox"/>	優良法人	にいがた健康経営宣言
健康宣言の社内外への発信・経営者自身の健診受診	<input type="checkbox"/>	●	●
健康づくり担当者(健康保険委員)を設置している	<input type="checkbox"/>	●	●
(求めに応じて)40歳以上の従業員の健診データを提供している	<input type="checkbox"/>	●	
従業員の健康課題の把握と対策 (●: 必須、●: 2つ以上)	<input checked="" type="checkbox"/>	優良法人	にいがた健康経営宣言
会社の健康課題に基づいた具体的目標を設定している	<input type="checkbox"/>	●	
健康診断を全員受診している	<input type="checkbox"/>	●	●
健康診断受診の声掛けをしている	<input type="checkbox"/>	●	
・社員の扶養家族に特定健康診査の推奨をしている	<input type="checkbox"/>		
50人未満の事業所におけるストレスチェックを実施している	<input type="checkbox"/>	●	
健康経営の基礎的な土台づくり (●: 1つ以上)	<input checked="" type="checkbox"/>	優良法人	にいがた健康経営宣言
管理職又は従業員に対する教育機会を設定している	<input type="checkbox"/>	●	
適切な働き方実現に向けた取り組みをしている	<input type="checkbox"/>	●	
・有給休暇取得の促進をしている	<input type="checkbox"/>		
・定時退社日の設定など、残業時間削減の取り組みをしている	<input type="checkbox"/>		
コミュニケーションの促進に向けた取り組みをしている	<input type="checkbox"/>	●	
病気の治療と仕事の両立の促進に向けた取り組みをしている	<input type="checkbox"/>	●	
従業員の心と身体の健康づくりに向けた具体的対策 (●: 必須、●: 4つ以上)	<input checked="" type="checkbox"/>	優良法人	にいがた健康経営宣言
保健指導の実施又は特定保健指導実施機会の提供	<input type="checkbox"/>	●	●
・特定保健指導の受け入れ態勢ができています(時間・場所の提供)	<input type="checkbox"/>		
・特定保健指導の受け入れをしている(対象者の把握)	<input type="checkbox"/>		
・健診結果で「要検査」や「要治療」の方に受診を勧めている	<input type="checkbox"/>		
食生活の改善に向けた取り組みをしている	<input type="checkbox"/>	●	
運動機会の増進に向けた取り組みをしている	<input type="checkbox"/>	●	
・健康づくりの実践を行っている	<input type="checkbox"/>		●
女性の健康保持・増進に向けた取り組みをしている	<input type="checkbox"/>	●	
従業員の感染症予防に向けた取り組みをしている	<input type="checkbox"/>	●	
・予防接種の補助や予防接種に要する時間を出勤認定している	<input type="checkbox"/>		
長時間労働者への対応に関する取り組みをしている	<input type="checkbox"/>	●	
メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組みをしている	<input type="checkbox"/>	●	
喫煙率低下に向けた取り組みをしている	<input type="checkbox"/>	●	
受動喫煙対策を取り組んでいる	<input type="checkbox"/>	●	●
評価・改善 (●: 必須)	<input checked="" type="checkbox"/>	優良法人	にいがた健康経営宣言
健康経営の取り組みに対する評価・改善をしている	<input type="checkbox"/>	●	

※優良法人の項目は健康経営優良法人2022(中小規模法人部門)の項目になっています。

※チェック後にご提出の必要はございません。取り組み状況を把握する目的でご利用ください。

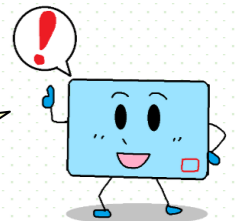
## 生活習慣病予防健診は協会けんぽから補助があるのでお得です!



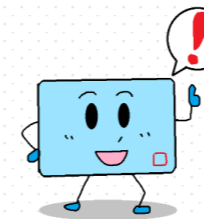
35歳以上の社員は生活習慣病の予防と早期発見などを目的とした「生活習慣病予防健診」をご利用いただけます。労働安全衛生法の定期健診の内容を含んでおり、さらに国が推奨する5種類のがん検診が含まれた充実した内容です。

## ご家族の健康も守りましょう!

40歳以上の扶養家族は特定健康診査をご利用いただけます。対象者にはご自宅に受診券を送付しています。受診までの手続きも「受診券の受け取り→健診機関へ予約→健診受診」の3ステップだけです。協会けんぽのホームページでお近くの健診機関を探せます。



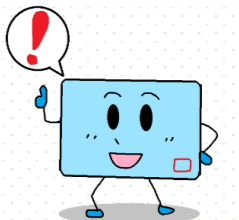
## 特定保健指導を受けましょう! 会社宛てにご案内が届きます!



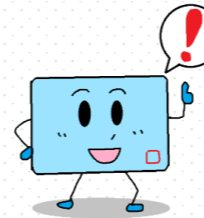
特定保健指導とは特定健診(生活習慣病予防健診等)を受けた後に、メタボリックシンドロームのリスク数(腹囲・BMI+高血圧・高血糖・脂質異常症・喫煙)に応じて生活習慣の改善が必要な方に行われる健康サポートです。保健師・管理栄養士が無料でサポートします。  
**病気を発症する前に生活習慣を改善しましょう!**  
注意: 高血圧・高血糖・脂質異常症は自覚症状がほとんどなく、放っておくと急速に動脈硬化が進みますので気を付けましょう。

## 健診後のフォローで社員を守りましょう!

健診結果で「要検査」「要治療」があっても「多忙」「無症状」を理由に病院に受診せず、放置されているケースがあります。健診は受けた後が大切です!重症化を予防するためにも健診後のお声がけをお願いします。



## 健康課題から具体的な目標を立てましょう!



健康経営優良法人2021から「健康課題に基づいた具体的目標の設定」が必須項目になっています。「喫煙者数を2022年度までに10人から5人に減らす」「再検査・精密検査の受診率を2021年度中に40%から100%にする」など、具体的な数値目標と期限を設定し、取り組みましょう!

## 新潟支部は8年連続全国一低い保険料率！ (9.51%)

☆皆様の取り組みで保険料率に反映される「インセンティブ（報奨金）制度」が平成30年度よりスタートしました。

☆加入者及び事業主の皆様の健康づくりの取り組みに応じて、インセンティブ（報奨金）を付与し、各都道府県の健康保険料率に反映されるものです。

☆皆様のおかげで令和4年度も全国一低い保険料率となりました！（8年連続）

インセンティブ制度 令和2年度実績（令和2年4月～令和3年3月分）

	評価指標	受診率等	全国順位
1	特定健診等の実施率	65.2%	全国 5位
2	特定保健指導の実施率	17.5%	全国 16位
3	特定保健指導対象者の減少率	33.1%	全国 13位
4	医療機関への受診勧奨を受けた 要治療者の医療機関受診率	11.1%	全国 6位
5	後発医薬品の使用割合	81.5%	全国 12位
-	総合		全国 4位

※総合では全国4位ですが、「特定保健指導の実施率」や「要治療者の医療機関受診率」が低い状況です。

※コロナ禍だからこそ、「自分の健康状態を知ること」「健康づくりを行うこと」「悪いところは早期に手を打つこと」が重要です。

（参考：全国で一番低い保険料率はどのくらいお得なのか）

平均標準報酬（30万円）で1か月の保険料を比較 ※事業主負担・個人負担はそれぞれの半分

新潟支部： 9.51% 300,000円 × 9.51% = 28,530円

全国平均：10.00% 300,000円 × 10.00% = 30,000円

同じ給料でも新潟支部の加入者なら月1,470円、年17,640円もお得！

（お問合せ先） 企画総務グループ TEL： 025-242-0261

# にいがた 健康経営宣言

## ☑チェックリスト

Point 1 「にいがた健康経営宣言」の  
必須項目が取り組んでいるか？

Point 2 健康経営の取り組みで何か  
足りていない事はないか？

Point 3 健康経営優良法人の認定に  
どの項目が不足しているか？