



健活企業

健活企業 応援プロジェクト 取組事例集 vol.1



全国健康保険協会 岡山支部
協会けんぽ

CONTENTS

● 職場の「健康づくり」をサポート 晴れの国から「健活企業」応援プロジェクト	3
1 健診等	
①従業員の皆様は健診を100%受診していますか	6
②40歳以上の従業員の健診結果を協会けんぽへ提供していますか	7
③健診の必要性を従業員へ周知していますか	8
2 健診結果の活用	
④健診結果が「要精検」「要治療」など再度検査が必要な人に受診させていますか	9
⑤健診の結果、特定保健指導となった該当者は、保健指導を受けていますか	10
3 健康づくりのための職場環境	
⑥職場の健康づくりの担当者を決めていますか	11
⑦従業員が健康づくりについて話し合える場がありますか	12
⑧健康測定機器等を設置していますか	12
⑨職場の健康課題を考えたり問題の整理を行っていますか	13
⑩健康づくりの目標・計画を立て実践していますか	14
4 職場の「食」	
⑪従業員の工作中的飲み物に気を付けていますか	15
⑫日頃の食生活に乱れがないか声掛けをしていますか	16
5 職場の「運動」	
⑬始業時などに体操やストレッチを取り入れていますか	17
⑭階段の活用など歩数を増やす工夫をしていますか	17
6 職場の「禁煙」	
⑮従業員にたばこの害について周知活動をして禁煙をすすめていますか	18
⑯受動喫煙防止策を講じていますか	19
7 「心の健康」	
⑰管理職などが、毎日、従業員に声掛けを行っていますか	20
⑱気になる事を相談できる職場の雰囲気を作っていますか	21
● 社員の健康状態や生活習慣を「見える化」！「健活企業カルテ」を提供します	22
● 「健康宣言」事業や「事業所健康度診断シート(事業所カルテ)」を 活用した予防・健康づくりの推進について	23
● 質問・相談シート	24
● 経済産業省「健康経営優良法人」認定で企業イメージを高める	25
● 平成29年度支部長表彰事業所の取り組みのご紹介	26

職場の「健康づくり」をサポート 晴れの国から「健活企業」 応援プロジェクト

「健康経営」とは？

「従業員の健康保持・増進の取組が将来的に収益性等を高める投資であるとの考えの下、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。働く環境を整え、従業員の意欲向上につながる「働き方改革」といえます。

従業員の健康管理に経営側が積極的に関わり、従業員が心身ともに元気に働ける環境をつくることにより、健康増進のみならず職場環境等の向上への効果も期待できます。

※健康経営は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

「健康経営」が注目される社会的背景

- 少子高齢化による労働者の減少・高齢化
- メンタルヘルス不調者の増加
- 生活習慣病の増加等による医療費の増大

事業所での健康づくりが疎かになると…

- 生産性の低下
- 事業リスク
- 負担の増加
- 従業員の欠勤、離職者の増加
- 労災事故、不祥事の発生
- 病気休業者への手当金等の支払い



経営の悪化に影響

「健康経営」を行うと…

生産性の向上

- モチベーションの向上
- 欠勤率、離職率の低下
- 業務効率の向上

負担軽減

- 疾病予防による手当の支払いの減少

リスクマネジメント

- 労災事故、不祥事の予防
- 病気による欠員の回避

イメージアップ

- 事業所の価値向上
- 新規採用の促進



業績の向上

まずは「健活企業」に参加しましょう！

協会けんぽ岡山支部が、「健康経営」をサポートします！

「健活企業宣言」は、事業主様に「健康経営」を具体的に推進していただくため、事業所様の健康課題に沿った効果的な健康づくりをサポートし、従業員の皆さまの健康づくりに取り組む事業です。



「健康保険委員」を登録しましょう！

協会けんぽでは、ご加入の事業所様において健康保険の事務に携わっている被保険者様で、健康保険事業の推進にご理解とご協力を頂ける方を「健康保険委員」として委嘱しています。

加入者の皆さまが、健康に対して関心を持ち、健康に生活していただくため、加入者の皆さまと協会けんぽの懸け橋として、サポートをお願いしております。

ご登録方法

step1 「健康保険委員登録用紙」を協会けんぽ岡山支部に提出

step2 協会けんぽ岡山支部より、委嘱状の交付

- 年会費、登録料等すべて無料です。
- 登録用紙は、岡山支部のホームページからダウンロードいただくか、お電話にてお問い合わせください。

健康経営を始めましょう！

健康づくりの 4つのステップ！

④健康経営優良法人認定

「経済産業省」による健康経営に関する顕彰制度
詳しくは、25ページをご覧ください！

③「健活企業」宣言

協会けんぽ岡山支部が実施する
健康経営サポート事業



②健診受診100%、特定保健指導実施100%

協会けんぽのお得な健康づくりサービス

定期健診

35～74歳の被保険者 生活習慣病予防健診

- 料金：最大7,038円を
自己負担
(一般料金：18,522円程度)
- 協会けんぽが健診費用の約6割
を補助。定期健診の代わりになる
うえ、がん検診も含まれます！

健診結果より、対象となった方 特定保健指導

- 料金：無料（全額補助）
(一般料金：27,324円程度)
- 生活習慣改善に関するプロの
サポートを個別に行います！

①健康づくり担当者の選定(健康保険委員の登録)

職場の健康づくりの第一歩を踏み出すため、まずは、健康づくりの担当者を
決めましょう！

「健康保険委員」に登録（無料）いただくと、健康づくりに関する情報を優先的
にお届けします！

協会けんぽ岡山 健康保険委員

検索



取り組んでいます「健康経営®」



私たちは、協会けんぽ岡山支部が実施する

「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

「晴れの国から『健活企業』応援プロジェクト」

に参画し、従業員の健康づくりに積極的に取り組んでいます。

「健活企業」とは 従業員やその家族が長く健康に過ごすことができるよう従業員への健康づくり活動を行う企業のことです。

▶「健活企業」名称の一覧については、協会けんぽ岡山支部のHPをご参照ください

健活企業



検索



岡山県
岡山県経済団体連絡協議会
(一社)岡山経済同友会

岡山労働局
岡山県商工会議所連合会
岡山県中小企業団体中央会

岡山県経営者協会
岡山県商工会連合会



全国健康保険協会 岡山支部
協会けんぽ

岡山県全体で取り組んでいます！

1

従業員の皆様は健診を100%受診していますか

● ポイント ●

受診状況を把握し、受診もれを防ぎましょう

取組事例

- 健診日当日に、健康上または仕事上の理由等で受診できない場合もあるため、健診実施時期を数回に分け受診もれの無いようにしている。
- バス健診で受診できなかった従業員も健診を受けられるように、最寄りの健診機関と契約し、健診機関で受診できるようにしている。

実施にあたっての
ヒント



- 35歳以上の従業員へは、日帰り人間ドック並みの健診項目で協会けんぽから健診費用の約6割の補助を受けられる「生活習慣病予防健診」を利用されることをお勧めします。
- 持病等で通院されている場合でも受診しなければなりません。

生活習慣病予防健診による受診が困難な場合は？

- 協会けんぽが実施する生活習慣病予防健診以外の、労働安全衛生法に基づく定期健診（事業者健診）を実施する事業所様におかれましては、その健康診断結果データの提供をお願いします。（→P7へ）

健診結果データを提供するメリットは？

- ご提供いただいた健診結果をもとに、生活習慣の改善が必要な方には、保健師や管理栄養士による健康サポート（特定保健指導）を、無料で受けていただくことができます。

2

40歳以上の従業員の健診結果を 協会けんぽへ提供していますか

● ポイント ●

協会けんぽの「生活習慣病予防健診」を
利用している場合は、
健診機関から自動提供されます
「生活習慣病予防健診」を
利用していない場合は、
健診結果の提供についての「同意書」を
協会けんぽへ提供しましょう

取組事例

- 35歳以上の従業員は、これまでの一般健診を見直し、協会けんぽの「生活習慣病予防健診」に変更したので健診結果が自動提供されるようになった。
- 40歳以上の従業員の健診結果の提供についての「同意書」を協会けんぽへ提出しているので、健診の都度、健診機関から協会けんぽへ健診結果が提供されている。

- 毎年の健診は、健康状態の変化をチェックするために行うものです。
- 毎年の健診結果を協会けんぽへ提供することにより、協会けんぽから従業員全体の健康度の変化がわかる「健活企業カルテ」が送付されます。
(健診受診者数が10人以上の「健活企業」の場合に限る)
- 協会けんぽへ健診結果を提供することで、対象となった方は無料で健康サポート（特定保健指導）を利用することができます。
生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる従業員の方々に対して、生活習慣を見直すサポートを行い、生活習慣病を予防できます。

実施に
あたっての
ヒント



3 健診の必要性を従業員へ周知していますか

● ポイント ●

健診は、健康状態の変化を把握し、生活習慣病を予防するために
行うものであることを従業員へ周知しましょう
(がん検診は病気の早期発見・早期治療につながります)

取組事例

- 新聞記事や雑誌等を参考に、健診の必要性について紹介した社内報を作成し、健診の案内とあわせて従業員に配布した。
- 健康管理等の講習会を開催し、健診の必要性を周知している。

実施にあたっての
ヒント



- 毎年の健診は、健康状態の変化を把握し病気を治療するという目的があります。特に、生活習慣病は、健診結果を基に生活習慣を見直すことで、病気の悪化の予防につながります。
- 「通院しているので大丈夫だ」「病気で検査しているから健診を受けなくてもよい」というものではありません。



4

健診結果が「要精検」「要治療」など再度検査が必要な人に受診させていますか

● ポイント ●

健診は受けるだけでなく、その後のフォローも重要です

取組事例

- 要再検査者は、健診結果をリスト化して管理し、管理監督者である総務部長から該当者へ受診を指示し、受診したかどうかの確認も行っている。
- 産業医が該当者に受診するよう指示している。

- 受診者本人は、症状が出ていないために再検査の信号を見過ごしてしまいます。本人への働きかけは、担当者だけでなく管理者も一体となって病院への受診を勧めましょう。

実施に
あたっての
ヒント



糖尿病を治療せず放置すると

- 国では糖尿病の医療機関受診対象者としてHbA1c 6.1%以上としています。HbA1c 7.0%以上の未治療者は、岡山支部の全被保険者に換算すると約4,000人。そのうち、HbA1c 8.0%以上では約2,250人が未治療のまま働いています。このまま放置が続くと糖尿病性腎症の発症、さらには心筋梗塞や脳梗塞などの合併症を引き起こし、人工透析を余儀なくされることもあります。



5

健診の結果、特定保健指導となった該当者は、保健指導を受けていますか

● ポイント ●

該当者に健康サポート（特定保健指導）を受けてもらうためには、時間や場所の確保など会社の配慮が必要です

取組事例

- 会社と協会けんぽが日程を調整し、勤務時間中に命令し受けさせている。
- 健診を受診した当日に、健診機関で受けている。

- 健康管理は、健診を受けるだけでなくその後のフォローもしっかり行うことが必要です。

実施にあたってのヒント

- 健康サポート（特定保健指導）の該当者は、現在は病気でないがこれを放置することで、将来病気になるリスクの高い方です。該当者へ今行動することで健康を保つことができるということを理解させることが重要です。



- 健診の結果、特定保健指導の対象となった方が健診当日に健康サポート（特定保健指導）を受けると、後日改めて受ける必要がなくなり、会社のご担当の方が「対象となった方の勤務シフトを調整」したり、「対象となった方が保健指導のために席を離れる」必要がなくなります。

健康サポート（特定保健指導）とは

- 生活習慣病リスクの高い従業員に対し、専門スタッフが健康づくりをサポートします。健診を受診後、協会けんぽより該当者へ特定保健指導のご案内をお送りします。
- 健診機関によっては、健診を受診した当日に受けることもできます。

特定保健指導の実施方法は2通り！

- ①協会けんぽの保健師・管理栄養士が事業所に後日訪問し、実施させていただきます。
- ②健診機関にて健診当日にご利用いただけます。
（事業主様より、後日実施よりも健診当日の実施ならば受入れが可能（業務へ支障が少ない）とのご意見もいただいております。）

6 職場の健康づくりの担当者を決めていますか

● ポイント ●

担当者を決めるとともに、「健康保険委員」の登録をあわせて行いましょう

取組事例

- 衛生管理者、総務担当者、事業主などを健康保険委員として登録している。

- 総務や人事の管理者または事務担当で、安全衛生や健診、社会保険事務に従事している方が担当者となっている事例が多いです。
- 健康保険委員の選任を行っていない場合は、健康保険委員への登録をお願いします。
- 健康保険委員に登録すると、社会保険の手続きに関する手引きや、会社の健康づくりの参考となる情報も掲載された情報紙をお送りするほか、研修会等をご案内いたします。
- 毎月発行される協会けんぽのメールマガジンに登録いただくと、健康に関する情報等を配信されるので、社内の健康だよりの参考として活用できます。

実施に
あたって
の
ヒント



健康保険委員とは

- 協会けんぽの健康保険事業について、事業主・加入者の皆様のご協力による事業の推進を図るため、広報・相談・健康保険事業の推進・モニター等にご協力いただく被保険者を健康保険委員として委嘱しています。
- 会社の健診や保健指導の実績や委嘱年数に応じ、岡山支部長表彰や全国健康保険協会理事長表彰、厚生労働大臣表彰を受けることができます場合があります。

7

従業員が健康づくりについて話し合える場がありますか

● ポイント ●

事業場従業員50人以上の場合は安全衛生委員会を、
50人未満の場合は同等の場を設け活用しましょう

取組事例

- 安全衛生委員会（衛生委員会）の場を活用している。
- 各職場の代表者を集めた健康委員会を設置している。
- 既存の会議に、健康づくりに関するテーマを話し合う時間を追加した。

実施に
あたっての
ヒント



- 職場の健康課題について、整理・把握ができます。
- 健康について考える場を提供し、従業員がこれに参加することで、健康に対する従業員の意識が高まります。

8

健康測定機器等を設置していますか

● ポイント ●

体重計や血圧計などを設置したり、運動を促す環境を整えることで、
従業員の健康への意識を高めましょう

取組事例

- 休憩室に血圧計と体重計を設置している。
- 歩数計の貸し出しを行っている。
- 始業時に毎日測定し記録している。

実施に
あたっての
ヒント



- 健康の維持には、自分の標準的な数値を知ることが大切です。
- 測定する際は、毎回同じ時間に測りましょう。血圧計は、休憩時間や仕事を終えた後などリラックスしているときに計測できるよう休憩室等に設置するのがよいでしょう。

9

職場の健康課題を考えたり問題の整理を行っていますか

● ポイント ●

協会けんぽから提供される「健活企業カルテ」を活用しましょう

取組事例

- 安全衛生委員会（衛生委員会）で健診結果や健活企業カルテ、ストレスチェック集計結果より健康課題について協議している。

- 健康課題を考える場合、データを分析するという作業が必要となります。
- 従業員の健診結果やストレスチェックの結果は、ごく限られた人しか取り扱うことができない機密情報です。たとえば、会議で使用する場合は、職場ごとに集計するなど個人が特定できないよう加工し活用しましょう。
- 協会けんぽから提供される「健活企業カルテ」も健康課題の把握に役立ちます。

実施に
あたって
の
ヒント



健活企業カルテとは

- 企業の健康状態を、健診受診率をはじめ血圧や中性脂肪などの数値をグラフで表示し、支部全体、同業態で順位づけをしており、自社の健康状態を“見える化”した冊子です。
- リスク保有率を経年で県平均や同業態と比較できるなど、健康課題を見つけやすく、企業における社員健康度のバランスシートといえるものです。



10 健康づくりの目標・計画を立て実践していますか

● ポイント ●

⑨で把握した健康課題解決のための目標や計画を立てましょう

取組事例

- 健康課題の改善を図るため、毎年具体的な目標を定め、目標達成に向けた年間計画を立て取り組んでいる。

実施に
あたっての
ヒント



- 「健康経営」は、経営トップが「健康経営」の意義や重要性を認識するとともに、その考え方を社内外にしっかり示すことから始まります。
- 健康課題に対する目標を経営目標の一つとして位置づけることで、企業として健康づくりに取り組むことができます。
- 「健康経営」を実践していくには、経営トップのリーダーシップのもと全従業員が進めていくことを考えれば、目標や計画には従業員の意見も取り入れながら策定することが望ましいでしょう。



11 従業員の仕事中の飲み物に気を付けていますか

● ポイント ●

社内の自動販売機の飲み物の種類を見直すなどし、
摂取カロリーに注意しましょう

取組事例

- 自動販売機の飲料のカロリー表示を目に入るようにした。
- 自動販売機のメニューを加糖飲料から無糖飲料に見直した。
- 夏場の熱中症対策として、いつでも自由に飲める麦茶を提供している。

- 社内に設置している飲料の自動販売機のメニューは、業者任せとなりがちですが、業者へメニューの変更を求めることができます。
- 気を付けたいのは、消費量が増加する夏のメニューです。
- 加糖清涼飲料水やスポーツドリンクは、飲みすぎると糖の過剰摂取につながります。無糖やカロリーオフ、特定保健用食品などへ見直すことをお勧めします。
- 冬のメニューでは、加糖のホットコーヒーや紅茶に注意が必要です。

実施に
あたっての
ヒント



12

日頃の食生活に乱れがないか 声掛けをしていますか

● ポイント ●

食に関する正しい知識を持ちましょう

取組事例

- バランスの良い食事を推進するためのポスターを休憩室に掲示している。
- 従業員へ食に関する意識や状況アンケートを行い、現状や課題の把握を行った。
- 食に関するテーマで健康講座を開催した。
- 仕出し弁当にヘルシーメニューを追加した。

- 最近は共稼ぎ世帯が増え、食事の支度に時間をかけられないなどの理由から、インスタント食品や調理済み食品を利用する機会が増えている傾向があります。栄養が偏らないようにしましょう。
- 食生活に関しては、個人の趣向によるところが大きく、できることが限られますが、食に関する正しい知識を持つことで少しずつ生活習慣の改善を心がけましょう。
- 協会けんぽでは、食に関する出前講座を実施しています。講師として管理栄養士を派遣することもできますのでご活用ください。

実施に
あたっての
ヒント



13 始業時などに体操やストレッチを取り入れていますか

● ポイント ●

体をほぐしてけがを防止し、血行をよくして体調を整えましょう

取組事例

- 点呼の前や朝礼の時、昼食後、けんぽ体操「スマトレ」やラジオ体操を行っている。
- 事務所の従業員全員で、午前10時と午後3時に3分間ストレッチを行っている。

実施に
あたっての
ヒント



- 仕事に入る前に体を動かすことは、眠っていた体を目覚めさせ、仕事でのけがの防止や生産性の向上につながります。
- 事務職は、一定の姿勢を続けたり、パソコンの画面を見続けたりすることもあり、ストレッチを導入することはVDT症候群の予防の観点からも有効です。

14 階段の活用など歩数を増やす工夫をしていますか

● ポイント ●

従業員へ体を動かす機会を提供しましょう（環境整備）

取組事例

- 従業員のみエレベーターの使用を禁止している
- 社内クラブ活動を推奨し、各種スポーツイベントへ参加している
- 従業員から不要となった運動器具を提供してもらい、社内ジムを設けた

実施に
あたっての
ヒント



- ここでは身近なところで階段を活用していますが、体を動かす機会を与えているかということとなります。
- もっと簡単にできることが“歩くこと”です。
- 職場対抗で歩数を競うなど、ゲーム的な要素を取り入れる工夫をしてみてもいいかもしれません。
- 運動器具を設置する場合は、器具の使用方法を掲示するなど安全への配慮を行い、事故の無いようにしましょう。

15

従業員にたばこの害について周知活動をして禁煙をすすめていますか

● ポイント ●

たばこの害についてどのように伝えるか考えましょう

取組事例

- 喫煙者を把握し、禁煙外来等を紹介するなど、産業医が禁煙指導を行っている。
- 喫煙所にたばこの害について書かれたポスターを掲示し周知している。
- たばこの害と禁煙方法をテーマとして健康講座を開催した。

- まず喫煙者の把握を行い、たばこの害について理解を深めてもらうことが必要です。
- 愛煙家にとっては耳の痛い話なので、初めから禁煙を目指すのではなく減煙から取り組むよう指導するのも一つの方法といえます。
- 協会けんぽでは、保健師を派遣し健康講座を行っています。ぜひご利用ください。
- 喫煙者だけの健康問題ではなく、受動喫煙による健康被害についても喫煙者に正しい知識を持ってもらうことが大切です。

実施に
あたっての
ヒント



16 受動喫煙防止策を講じていますか

● ポイント ●

全面禁煙や完全分煙の環境をつくるなど、
煙に触れさせないよう環境整備から始めましょう

取組事例

- 敷地内をすべて禁煙にしている。
- 建物内を禁煙にしている。
- 喫煙可能な時間を休憩時間のみに制限している。
- 社用車を全車禁煙にしている。
- 厚生労働省の補助金制度を利用し、喫煙室を設置した。

実施に
あたっての
ヒント



- 建物内に喫煙所を設ける場合は、周囲を完全に囲い、換気扇や吸煙機を設置した部屋とする必要があります。
- 喫煙者が喫煙後に職場へ戻ると、周囲の人が受動喫煙となる恐れがありますので、そのような面からも配慮が必要です。



管理職などが、毎日、従業員に声掛けを行っていますか

● ポイント ●

声掛けを行う管理職にメンタルヘルスについての正しい知識を持ってもらい、ラインによるケアを充実させましょう

取組事例

- 毎朝の朝礼で、従業員の様子を確認している。
- 管理職向けにメンタルヘルスの研修を実施している。

- 従業員の変化を事前に察知し、早めに対応する仕組みの導入や、予防について取り組むことが大切です。
- メンタルヘルスについては、産業保健支援センターの事業などをご紹介します。

実施に
あたって
の
ヒント



ラインによるケアとは

- 部長、課長などの管理監督者が行うケアのこと。日頃の職場環境の把握と改善、部下の相談対応を行うことです。



18

気になる事を相談できる 職場の雰囲気を作っていますか

● ポイント ●

外部の相談機関も積極的に利用しましょう

取組事例

- 社内および社外に相談窓口を設置し、ポスター等で従業員へ周知している。
- 定期的に上司が部下と面談する機会を設けている。
- メンター制度を導入している。
メンター制度：経験豊かな先輩社員（メンター）が、後輩社員に対して行う個別支援制度。直属の上司ではなく、職場の先輩社員がメンターとなる事が一般的です。
- コミュニケーションを活発にするため、社内レクリエーションを実施している。
- 労働者が50人未満であるが、全従業員にストレスチェックを実施している。

実施に
あたっての
ヒント

- 社内相談窓口を設置する場合、悩みは仕事上のものだけではなく、県の相談窓口等の連絡先も合わせて周知することなど幅広く対応できるようにするのがよいでしょう。



社員の健康状態や生活習慣を「見える化」！

「健活企業カルテ」を提供します

協会けんぽ岡山支部では、「健活企業宣言」をされている事業所様に、「健活企業カルテ」を無料で提供しています。

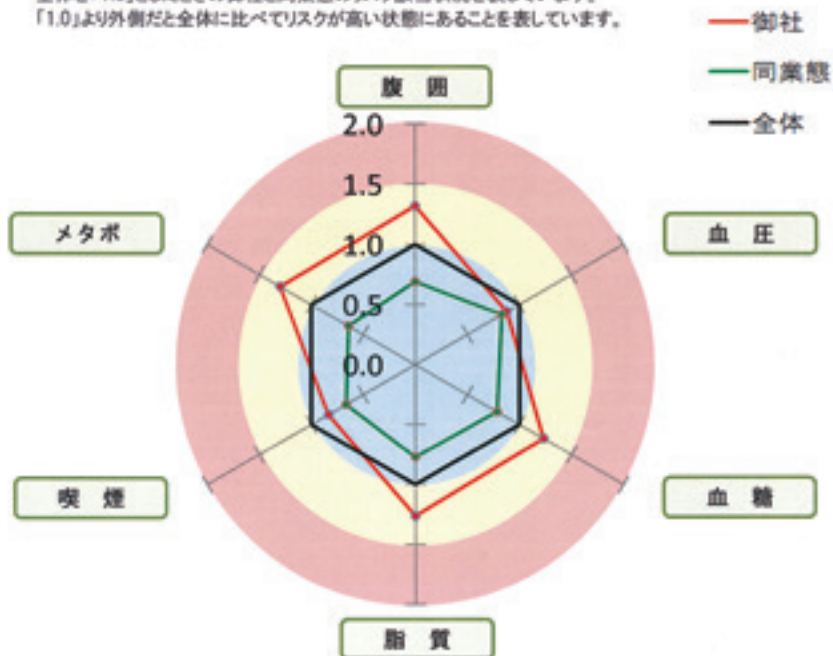
「健活企業カルテ」は、貴社にお勤めの社員の皆様の過去の健診・問診結果等に基づき、「健康リスク」の保有率等について岡山県内の企業や同業種の平均と比較することができ、自社の社員の「健康度の強みや弱み」が一目瞭然です！健康づくりの取組目標の設定にご活用いただけます。



「健活企業カルテ」(一部抜粋)

レーダーチャート

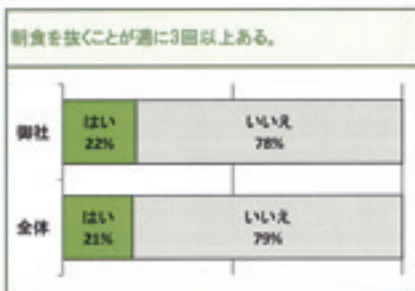
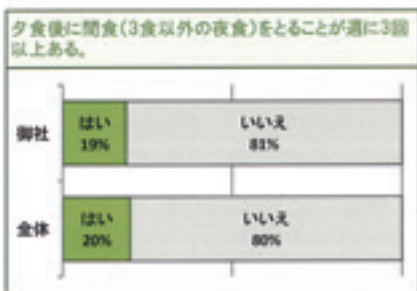
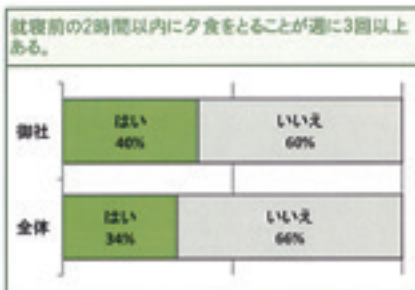
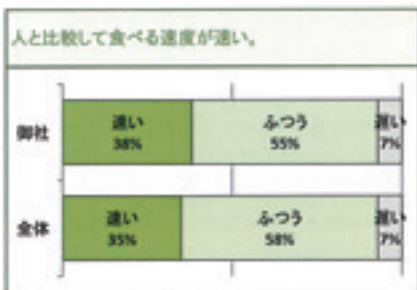
全体を「1.0」としたときの御社と同業態のリスク該当状況を表しています。
「1.0」より外側だと全体に比べてリスクが高い状態にあることを表しています。



「健活企業カルテ」では、社員の健康状態や生活習慣を図表でわかりやすく示しているので一目瞭然です！たとえば左のカルテを見ると、就寝前の2時間以内に食事をする人が多く、血糖リスクが同業態や県平均よりも高いことがわかります。まずは、食事面での健康づくりに取り組む必要があります。

「健活企業カルテ」は健診データを使用して作成するため、協会けんぽの「生活習慣病予防健診」を利用していない事業所様及び健診データを提供いただけない事業所様については、健診結果が十分反映しておりません。

また、健診結果等が個人の特定につながる恐れがあることから、健診受診対象者が10名未満の事業所様へは業態別のものを提供しています。恐れ入りますが、予めご了承ください。



企業の財産である従業員の健康を守るため、企業と協会けんぽがコラボヘルスを推進し、「従業員がいつまでも健康でいきいきと働ける会社・職場」の実現へ

経営者の皆様へ

「健康宣言」事業や「事業所健康度診断シート（事業所カルテ）」を活用した予防・健康づくりの推進について

従業員の健康増進は、企業の財産である従業員の活力向上や組織の活性化を通じて、企業経営の向上に寄与するものです。

従業員の健康づくりや疾病予防を効果的に実施するためには、企業と保険者が目指すべき方向性を共有し、一体となって従業員の健康増進を後押しすること（コラボヘルス）が必要です。

全国健康保険協会の全都道府県支部では、「健康宣言」に取り組む事業所などを対象に、従業員の健診結果等をもとにした「事業所健康度診断シート（事業所カルテ）」を発行しています。

事業所カルテは、業種別・事業所規模別のランキングや、県内・同業種平均との比較データにより、事業所の健康課題を「見える化」するなど、各支部が創意工夫して独自のレポートを作成しています。

経営者の皆様におかれましては、全国健康保険協会各支部の「健康宣言」事業に参加し、事業所カルテを通じて、改めて貴社のおおまかな健康状況等の傾向を把握していただくとともに、保険者と連携しつつ、従業員個人の健康状況等の立ち位置を見える化し、これをきっかけとして従業員が予防・健康づくりを推進しやすい職場環境の整備を進めるなど、今後も、リーダーシップを発揮していただき、より一層の取組を推進していただくことを期待しています。

平成 30 年 8 月 31 日

日本健康会議共同代表
日本商工会議所会頭

厚生労働大臣

経済産業大臣

三村 明夫
加藤 勝信
世耕 弘成

FAX 番号 (086-803-5750)

健 活 企 業 サ ポ ー ト 室 行

質 問 ・ 相 談 シ ー ト

協会けんぽ岡山支部は、皆様の「健康経営」をサポートいたします。
下記に必用事項をご記入いただき、コピーをFAXで協会けんぽ岡山支部までお送りください。

希望欄に○を 付けてください (複数可)	相 談 内 容
○	① 健康経営の取組の計画づくり
○	② 従業員の健康課題の把握（健活企業カルテの見方）と必要な対策
○	③ 生活習慣病予防
○	④ 健康経営優良法人の認定取得
○	⑤ その他

すでに登録の場合

健康保険事務や健康づくり担当者を健康保険委員としてご登録ください。

◆健康保険委員として登録する方（被保険者）

氏	名	
役	職	

登録用紙をお送りいたします。

事 業 所 名	
事 業 所 所 在 地	
担 当 者 名	
電 話 番 号	

※後ほど、協会けんぽ岡山支部担当者がお電話いたします。

協会けんぽ岡山支部

経済産業省

「健康経営優良法人」認定で企業イメージを高める

「晴れの国から『健活企業』応援プロジェクト」に参加したら、次のステップとして「健康経営優良法人」の認定を目指しましょう。

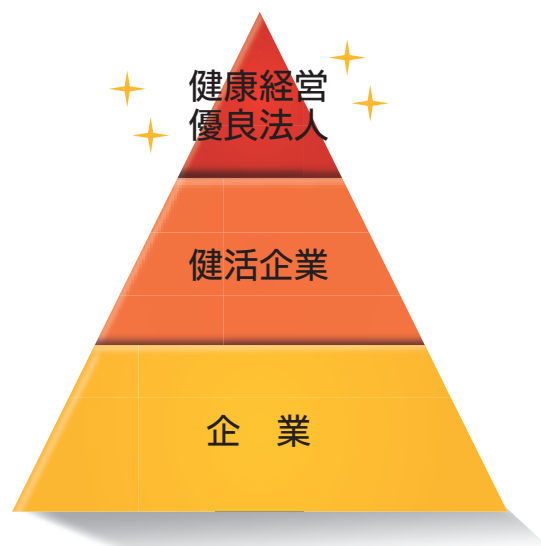
「健康経営優良法人認定制度」とは、

従業員の健康づくりに積極的に取り組む優良な法人を、経済産業省、日本健康会議*が顕彰する制度です。

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、戦略的に取り組んでいる法人」として社会的に評価を受けることができる環境を整備することを目的としています。

2018年度は全国で大規模法人541社・中小規模法人776社が認定を受け、岡山支部では大規模法人3社・中小規模法人8社が認定されています。

*日本健康会議は、行政（経済産業省、厚生労働省、自治体）と民間組織（経済団体、医療保険者、医療団体等）が連携し、健康寿命延伸や適正な医療の実現を目的とした活動体です。



対象法人

企 業	健康経営優良法人 【中小規模法人部門】 776法人(2018年)	健康経営優良法人 【大規模法人部門】 541法人(2018年)	健康経営銘柄 26社(2018年)
卸 売 業	1人以上100人以下	101人以上	東京証券取引所 上場会社
小 売 業	1人以上50人以下	51人以上	
医 療 法 人・ サ ー ビ ス 業	1人以上100人以下	101人以上	
製造業・その他	1人以上300人以下	301人以上	

※応募時期は部門により異なります（中小規模法人部門は例年11月末頃です）

メリット

- 組織の活性化や生産性の向上
- 従業員の健康増進と活力向上
- 人材の獲得や人材の定着率の向上
- 企業の業績や価値の向上

晴れの国から「健活企業」応援プロジェクト

平成29年度 支部長表彰事業所の 取り組みのご紹介

平成30年3月に、健活企業として従業員の健康管理を経営的な視点でとらえ、意欲的に健康増進への取り組みが顕著であった事業所5社を下記のとおり表彰いたしました。受賞事業所の健康経営の取り組みをご紹介します。

内海産業株式会社

株式会社両備リソラ

一般財団法人淳風会 淳風会健康管理センター

ナガオ株式会社

旭テクノプラント株式会社

※「健活企業」認定 No. 順

内海産業株式会社

健康経営の考え方を踏まえ、当社の貴重な財産である社員の健康管理や生活習慣病予防に努めることを通じて、社員の健康寿命を延ばすため、社内での心と体の健康管理や健康づくりの取り組みを実践します。



● 企業概要 ●

岡山市東区西大寺金岡1330-5

〔設 立〕 1957年10月

〔社 員 数〕 約100名

〔事業内容〕 倉庫管理、機器メンテナンス、産業廃棄物処理、印刷加工など

わが社と健康経営

当社が健康経営の取り組みを開始するまでは、採用募集をしても応募がこない、従業員の平均年齢が高い、体調不良者やインフルエンザ感染者が増加傾向にある、といった問題を抱えていました。

そんなとき、協会けんぽより平成28年度から健康経営優良法人認定制度がスタートすると紹介され、認定に向けた取り組みを始めました。

その結果、平成28年、29年ともに健康経営優良法人として認定を受けることができ、懸念していた問題も改善傾向にあります。

取り組み内容



まず、経営者自身が健康経営を自覚することが大切であると感じ、当社独自の「健康経営方針」を宣言し、社内外への発信を行いました。また、社内各部署に「健康づくり担当者」を設置し、

従業員の健康課題を管理できるよう、組織体制の充実を図っています。

健康づくりへの取り組みとして、平成25年から毎年年に一度、従業員全員に体力チェックを実施するという取り組みを続けています。チェック項目ごとに「優」「良」「可」の判定をするなど、従業員自らが体力づくりのための課題を見いだせるようにフィードバックを行っています。毎年恒例の取り組みとして定着していますので、「昨年よりいい結果を出そう」といった従業員のやる気向上にも自然につながっています。

朝礼時の「けんぽ体操」も効果をあげています。毎月発行している社内報には健康コラムを掲載しており、従業員の健康意識を高めています。





健康×能力×やる気＝社員の幸せ



● 企業概要 ●

岡山市北区蕃山町3-7両備蕃山町ビル6F

〔設立〕 1970年4月

〔社員数〕 30名

〔事業内容〕 建設資材及び各種情報機器並びに環境事業に関するコンサルティング機器の販売。建築工事の請負いなど

わが社と健康経営

両備リソーでは、自らの努力で「健康」「能力」「やる気」を高めていけば社員の幸せにつながると考えています。社会からの応援、お客様の心にお応えするにはそこで働く社員が毎日が幸せだと感じる事が大切です。

この実現のために両備グループ全社で「両備ハッピーライフプロジェクト」に取り組んでいます。幸せは自らの努力でつかみ取るものですが、会社も「健康」「能力」「やる気」を高める社員を全力でサポートしています。

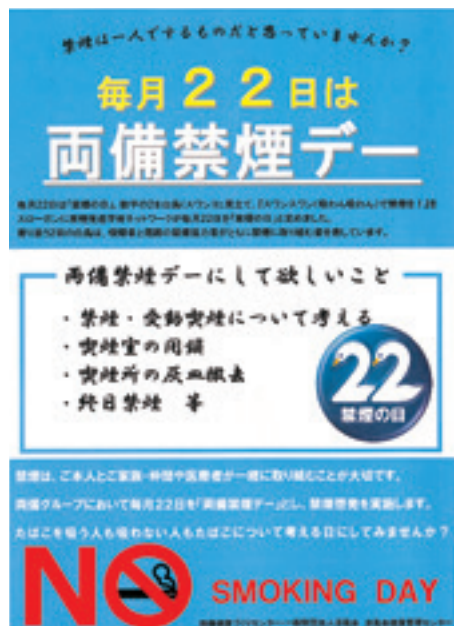
取り組み内容



社員の健康管理に関する取り組みとして、35歳以上の社員には全員、生活習慣病予防健診（人間ドック）を受診してもらっていますが、そのために社内メール等を通じて受診勧奨や日程調整を行っています。

また、両備健康づくりセンターが行っている「両備健康塾」等にも参加し、特定保健指導対象者に対して健康指導を行っています。

月に一度の取り組みとして、「おふいえく」という10分程度の軽い運動を社内で行っているほか、「禁煙デー」を毎月設け、禁煙を呼びかけています。



一般財団法人淳風会 淳風会健康管理センター

淳風会健康管理センターは、健診と医療で健康な社会づくりに貢献します。

全職員が健康で幸せな環境のもと、発展向上を目指します。



● 企業概要 ●

岡山市北区大供2-3-1

〔設 立〕 1964年2月
(財団設立1956年4月)

〔社 員 数〕 336名 (2018年8月時点)

〔事業内容〕 健診施設、医療施設 (病院・クリニック) の運営

わが社と健康経営

健診を通じて地域の皆様の健康経営をご提案するためには、自らが積極的に実践すべきであるという考えのもと、2017・18年度の2年連続で健康経営優良法人ホワイト500を取得。また、岡山市ホワイトプラス企業にも表彰されました。組織として健康経営を積極的に推進すると同時に、職員自身も自らの健康管理に意欲的に取り組めるよう、様々な施策を実施しています。



取り組み内容

①全員参加型の取り組みを実施するため、歩数や消費カロリーを記録できる活動量計を全職員に配布し、館内への入退出管理機能を付加することで利用率を向上させました。体組成計や血圧の測定結果をデータ連携しアップロードすることで、セルフモニタリングも可能となっています。

また、持ち歩くだけでなく、楽しんで健康管理ができるよう、歩数や活動量に応じたインセンティブ制度を導入することで、職員もより積極的に取り組むようになりました。



歩数・消費カロリーが記録されます。

②健診はもちろん受診後のフォローも徹底。有所見者に対して衛生管理者から個別メールで精密検査の受診勧奨と事後確認も行っています。これにより精密検査受診率は100%を達成。さらに、各種がん検診の助成制度で早期がんの発見・治療を推進しています。

③毎年開催される職場対抗6時間リレーマラソン大会に職員有志で出場しています。

参加者は年齢層も幅広く、役職者も参加したので、普段なかなか見られない職員同士の意外な一面も見ることができ、コミュニケーションを活性化する効果にもつながっています。



多数の職員が参加し、楽しくマラソンをすることができました。

ナガオ株式会社

事業活動を通して、お客様、地域社会の皆様、そして何よりも従業員が安心して暮らしを営み活動ができる社会の実現を目指す。



長尾聡一郎 社長

● 企業概要 ●

岡山市北区京橋町10-17

〔設立〕 1957年12月

(創立1931年)

〔社員数〕 61名 (2016年12月現在)

〔事業内容〕 化学工業薬品製造販売

わが社と健康経営

当社は長年にわたり社員全員の定時退社を実践しており、時間外勤務の事前許可制を徹底してきました。これが、職場に定着し、健康経営に取り組む土壌となっていると思います。

また、健活企業宣言をしたことを機に、取り組み目標を社員から公募し、目標を「心と体 お互い見守り運動」と定め、社員同士のコミュニケーションをより重視する姿勢を打ち出しています。



社員のコミュニケーションを深める球技大会を開催

取り組み内容

目に見える取り組みとして、社員の健康づくり活動に補助金を支給しています。マラソン同好会は、岡山県内の多くのマラソン大会に参加しています。この補助制度は平成20年から制定していますが、その後社員が重複して活動に参加しても対象となるように、見直しもしてきました。



家族も参加できるイベントを計画

この支援は、社員の健康意識を向上させるだけでなく、コミュニケーションを活性化する効果にもつながっています。

イベントには社員の家族も参加しています。今後もより多くの社員と家族が参加しやすいよう工夫し、社員の満足度を高めていきたいと考えています。

総務部で各部署の事情を考慮し日程を調整、一括して健診の申込み手続きをしています。健診結果も総務部で管理しており、要精密検査以上の対象者には必ず受診を促しています。



同好会は6時間リレーマラソンにも参加

旭テクノプラント株式会社

「社員とその御家族の心身共の健康が全ての基盤」
この考え方を定着させる会社風土を醸成し、健康第一
の健全な経営を推進しています。



藤森 健 社長

● 企業概要 ●

倉敷市新田2403-1

〔設 立〕 1978年3月

〔社 員 数〕 113名（2018年9月現在）

〔事業内容〕 電気工事業など

わが社と健康経営

当社の経営理念では、「全社員の物心両面の幸福を追求する。」と掲げています。

健康な状態を維持し、向上させていくことは社員のみならず、その御家族を含めた願いであり、会社の発展にも欠かせない重要な要素です。

全社員と、その御家族の心身共の健康に積極的に関与し、健康づくりの仕組みと情報を定期的かつ継続的に提供し、健康経営に努めています。



健康経営宣言 社内ポスター

取り組み内容

『旭テクノプラント 健康目標 チャレンジ11』を掲げ、健康増進のための様々な取り組みを行っています。社員と配偶者の健康診断受診率100%・再検査受診率100%の維持継続、社員の肥満率・喫煙率10%未満の達成、振休・有休取得率の向上など、具体的な目標を数値化し、課題達成に向けて取り組んでいます。

健康診断で肥満に該当した社員には、ダイエットに積極的に取り組んでもらうため『ダイエットチャレンジ』を実施しています。『ダイエットチャレンジシート』を毎月配布し、運動時間の記録や体重の推移を把握できるようにしています。また、社内にフィットネスルームを完備し、社員が気軽に運動ができるよう、各種運動器具や体重計、血圧計などを用意しています。リラックスルームを併設しており、お昼休みなどにマッサージチェアを利用できます。



社員で賑わうフィットネスルーム

また、残業時間削減のため、ノー残業デーの設定や残業実績表の作成、システムを利用した残業の事前申請などを行っています。部署ごとに夕礼を毎日15時に行い、業務の進捗と退社予定時間などを確認することでお互いにフォローし合い、業務の平準化につなげています。



業務の平準化を図る夕礼

従業員数にかかわらずご利用いただける産業保健活動サポート 岡山産業保健総合支援センターのご紹介

岡山産業保健総合支援センター・地域産業保健センターは、「産業保健スタッフの活動サポート」や「小規模事業場の事業主・労働者への産業保健サービス」を通じて、すべての人が健康で元気に働き続けられる職場づくりをサポートします。

ご利用は
無料です

相談

産業医、精神科医、保健師、産業カウンセラー、労働衛生コンサルタントなど、専門知識を有した相談員が、皆様からの相談にお応えします。
産業保健についてのご質問、お困り事は当センターへお寄せください。

研修会

メンタルヘルス・健康管理・職場の環境改善・産業保健スタッフのスキルアップなど、基本から実践まで、様々なテーマで研修会を開催しています。

情報提供・広報啓発

ホームページ、メールマガジン、情報誌等により、産業保健情報をお知らせしています。

メンタルヘルス対策のための個別訪問支援

メンタルヘルス対策促進員（産業カウンセラー）が事業場を訪問し、職場のメンタルヘルス対策の促進をサポートします。
その他、職場復帰支援プログラム作成のお手伝いや、事業場内のメンタルヘルス対策の進め方に関するアドバイス等、幅広く対応します。

治療と職場生活の両立支援

医療の進歩などから、がんは仕事を続けながら治療できる病気となりました。また、糖尿病や肝炎のように一見元気そうでも長期の医学的ケアを必要とする人も増えています。治療中の人々が安心して活躍できる職場づくりを目指しましょう。

岡山産業保健総合 支援センター

岡山市北区下石井2-1-3 岡山第一生命ビルディング12階
TEL:086-212-1222
FAX:086-212-1223

健活企業応援プロジェクト取組事例集 vol.1

平成30年10月作成

発行 全国健康保険協会（協会けんぽ）岡山支部
住所 岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル8階
電話 086-803-5781（企画総務グループ）
ホームページ [協会けんぽ岡山](#) [検索](#)

