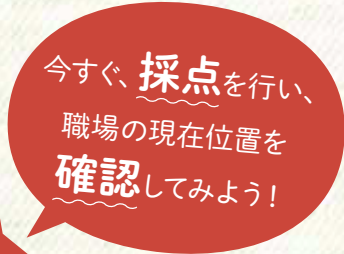


# 健康企業宣言 チェックシート



御社の「健康企業宣言」で取組むメニューの参考資料としてもご活用ください。

質問を読んで、(できている・概ねできている・できていない) いずれかに○印をご記入ください。



実際のサポートは健康組合に確認!

取組分野	質問	できている	概ねできている	できていない	アドバイス	健康保険組合のサポート(例)
健診等	① 従業員の皆様は健診を100%受診していますか?	20	10	1	事業主には従業員に健診を受けさせる義務があります。(労働安全衛生法)	○当組合の健康診断・人間ドックは事業者健診としてご利用いただけます。 ○前年度の健診受診率を提供いたします。
	チェック基準	80%以上	80%未満 50%以上	50%未満		
	② 40歳以上の従業員の健診結果を、健保組合へ提供していますか?	20	10	1	個人情報保護法には違反しません。(高齢者の医療の確保に関する法律)	○当組合では、契約医療機関で受診された健診結果を保有しており、提供は不要です。 ○契約外医療機関での受診結果については組合にご提供願います。
③ 健診の必要性を従業員へ周知していますか?	5	3	1	健診の目的は、「従業員ご自身の健康を守るため」です。	○当健保の「健保のしおり(新規加入時配布)」、広報誌、ウェブサイトをご活用ください。	
健診結果の活用	④ 健診結果が「要医療」など再度検査が必要な人に受診を勧めていますか?	5	3	1	健診結果を確認し、医療機関に受診できるように職場で配慮しましょう。	○健診結果から「生活習慣病重症化予防指導」による受診勧奨を行っています。 ○健診結果の活用方法について事業所セミナーを実施しています。 ○電話による「ファミリー健康相談」をご活用ください。
	⑤ 健診の結果、特定保健指導となった該当者は、特定保健指導を受けていますか?	5	3	1	メタボ予防のため、ぜひ該当者の特定保健指導の実施にご協力ください。	○特定保健指導に該当された方に案内通知を送付しています。 ○保健師・管理栄養士等が生活習慣の改善による総合的な健康づくりを「無料」でサポートします。 ○前年度の特定保健指導実施率を提供いたします。
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?	5	—	1	保健衛生の最新情報の収集や外部との連絡窓口として、取組みを促進できます。	○当組合では、健保組合と協働で職場の健康づくりをすすめていただくことを目的に「健康管理事業推進委員」制度があります。
	⑦ 従業員が健康づくりを話し合える場はありますか?	5	—	1	健康づくり会議・委員会等を新たに設置することも有効です。	○リーフレット等をご提供します。
	⑧ 健康測定機器等を設置していますか?	5	—	1	血圧計、体組成計等を設置し、異常の早期発見につなげましょう。	○血圧記録票を健康保険組合連合会HPよりダウンロードできます。 ○体重記録用紙をご提供いたします。

質問を読んで、(できている・概ねできている・できていない) いずれかに○印をご記入ください。

取組分野	質問	できている	概ねできている	できていない	アドバイス	健康保険組合のサポート(例)
健康づくりのための職場環境	⑨ 職場の健康課題を考えた問題の整理を行っていますか?	3	2	1	このチェックシートや健診結果から課題を見つけ解決策を検討しましょう。	○健康企業宣言を行った事業所を対象に、職場の健康課題や問題点を整理し、解決に向けた目標設定や計画づくりの資料として「組合版健康スコアリングレポート」などを提供いたします。
	⑩ 健康づくりの目標・計画・進捗管理を行っていますか?	3	2	1	健康課題を整理した後は、目標を立て、出来る事から解決していきましょう。	
職場の「食」	⑪ 従業員の日頃の飲み物に気をつけていますか?	3	2	1	従業員が糖質の過剰摂取とならないように注意喚起しましょう。	○「職場で健康づくりに活用できるリーフレット」掲載の資料、組合ウェブサイト「ヘルシーレシピ」をご参考ください。 ○広報誌や当組合WEBサイトに健康的な食生活情報を提供しています。 ○掲示用のポスターを提供します。
	⑫ 従業員の日頃の食生活が乱れないような取組みを行っていますか?	3	2	1	従業員のご家族にも食生活や飲酒の正しい知識を持っていただきましょう。	
職場の「運動」	⑬ 業務中などに体操やストレッチを取り入れていますか?	3	2	1	体操は、脳の血流を改善し作業効率を高め、事故を防ぎます。	○「職場で健康づくりに活用できるリーフレット」掲載の資料をご参考ください。 ○広報誌にて日常生活における運動量アップ情報を提供します。 ○閲覧可能な運動動画サイトをご紹介します。
	⑭ 階段の活用など歩数を増やす工夫をしていますか?	3	2	1	特にデスクワークが中心の職場では、効果的です。	○組合にて歩け歩け運動など、健康づくり事業を行っています。 ○掲示用ポスターを提供します。
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いますか?	3	2	1	エビデンスに基づく知識を持つことで、禁煙につながることができます。	○「職場で健康づくりに活用できるリーフレット」掲載の資料をご参考ください。 ○広報誌にて禁煙情報を提供します。 ○組合運営サポート」による卒煙プログラムをご紹介します。(期間限定)
	⑯ 受動喫煙防止策を講じていますか?	3	2	1	受動喫煙防止は法律で定められています。(健康増進法、労働安全衛生法)	
心の健康	⑰ 従業員の心の健康に関する取組みをしていますか?	3	2	1	従業員がメンタルヘルスを正しく理解できる、環境づくりが大切です。	○「ファミリー健康相談」の「メンタルヘルス・カウンセリング」にて専門のスタッフが相談を受けます。
	⑱ 気になることを相談できる職場の雰囲気を作っていますか?	3	2	1	事業場内外の相談窓口気軽に相談できるように配慮しましょう。	
合計点数					点	／ 100点 達成基準：合計点数80点以上