

## 健康企業宣言チェックシート Step1

現在の、職場の状態をチェックしてみましょう！

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
健診等	① 従業員の皆様は健診を100%受診していますか？ <small>チェック基準</small>	点 20 <small>80%以上</small>	点 10 <small>50%~79%</small>	点 1 <small>49%以下</small>	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)	○当組合が実施する人間ドックを事業者健診としてご利用いただけます。
	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？ <small>チェック基準</small>	20 <small>80%以上</small>	10 <small>50%~79%</small>	1 <small>49%以下</small>	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)	○提携機関で受診の場合は、受診機関より直接当組合へ結果が提供されます。
	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。	○効果的な健診に関するリーフレットをご提供いたします。 
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、高血圧・糖尿病・CKD(慢性腎臓病)の重症化予防のサポート及び保健師による保健指導面談を無料実施します。
	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？ <small>チェック基準</small>	5 <small>50%以上</small>	3 <small>30%~49%</small>	1 <small>29%以下</small>	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。	○保健師・管理栄養士が生活習慣改善を半年間「無料で」サポートします。
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。	○健康管理責任者及び健康管理担当者の任命制度があります。
	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	ミーティング等で“私の健康法”や、健診で病気を早期発見した方の体験談などを話し合い、共有しましょう。	○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	体温計や血圧計、体重計等を設置し、異常の早期発見につなげましょう。	○体力・健康チェック、その他健康情報を提供します。 

## 健康企業宣言チェックシート Step1

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	点 3	点 2	点 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。	○問題点の整理をお手伝いします。当組合までお問い合わせください。	
	⑩	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。	○目標や計画に役立つ情報を提供します。 	
職場の「食」	⑪	3	2	1	カロリー表示に気をつけ、自動販売機にカロリーを表示しましょう。	○飲み物に関するリーフレットを提供します。 	
	⑫	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。	○食事のリーフレットをご提供しています。 	
職場の「運動」	⑬	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。	○ストレッチの方法等についての情報をご提供します。	
	⑭	3	2	1	特にデスクワークが中心の職場では、効果的です。	○日常生活における運動量を増やす情報をご提供します。 	
職場の「禁煙」	⑮	3	2	1	エビデンスに基づく知識を持つことで、禁煙につなぐことができます。	○禁煙のリーフレットをご提供しています 	
	⑯	3	2	1	受動喫煙防止策を講じていますか？	○禁煙の情報をご提供します。 	
「心の健康」	⑰	3	2	1	まずは笑顔の挨拶から。お互いに声をかけ合い、相手の話を聞きましょう。	○メンタルヘルスに関するリーフレット等をご提供します。 	
	⑱	3	2	1	上司と部下、同僚がお互い話ができる環境をつくり、研修等を行いましょ	○当組合HPIに健康相談を支援する、健保で契約している相談窓口(EAP)をご案内しています。	
合計点数		点			/100点 達成基準：合計点数80点以上		