

健康企業宣言チェックシート Step1

今すぐ、採点を行い、
職場の現在位置を
確認してみよう！

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



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？ <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)	○34歳以下の被保険者に一般健康診査、35歳以上の被保険者に成人健康診査を実施しています。 ○被保険者の希望者、30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳到達者及び65歳以上の被保険者に人間ドックを契約医療機関で実施しています。
	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)	○健診結果から、糖尿病・高血圧の方に受診勧奨をしています。 ○糖尿病性腎症で人工透析導入前の被保険者を対象に生活習慣改善のための情報提供パンフレットを配布し、重症化予防のための受診勧奨を行います。
	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。	○機関誌「信金けんぼ」等により受診勧奨を行います。 ○生活習慣病に関するリーフレットを提供いたします。
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。	○精密・管理検診の結果通知により医療機関への受診の必要性をお知らせいたします。 ○追求保健指導により受診勧奨を行います。
	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？ <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。	○40歳以上の被保険者及び被扶養者を対象に健康管理センター、事業所への訪問により個別支援やグループ支援、並びに人間ドック契約医療機関等にて特定保健指導を実施しています。
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。	○地区ごとに健康管理委員の担当者任命制度があり、地区委員連絡会議を開催しています。
	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。	○事業所からの要請により、テーマに応じた訪問健康教育と訪問健康教室を開催しています。
	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。	○当組合の健康管理センターにてご利用いただけます。

(裏面へ続きます。)

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 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。	○訪問によるテーマに応じた健康教育と健康教室をご利用いただけます。
	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。	○訪問によるテーマに応じた健康教育と健康教室をご利用いただけます。
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	従業員が糖類の過剰摂取とならないように注意喚起しましょう。	○保健師によるテレフォン健康相談、訪問による健康教育・健康相談をご利用いただけます。 ○管理栄養士による食事・生活指導をご利用いただけます。
	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。	○各種健康教室を行います。 ○保健師によるテレフォン相談をご利用いただけます。
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。	○当組合オリジナル体操「信ちゃん健康体操」のCDをお送りいたします。
	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。	○3カ月間毎日「1日8,000歩」を目標として「チャレンジウォークラリー」を実施し、達成された方、ほぼ達成された方を表彰しています。
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。	○事業所への訪問による禁煙セミナーを実施いたします。 ○被保険者の方に禁煙外来を実施いたします。
	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)	○事業所への訪問による禁煙セミナーを実施いたします。 ○被保険者の方に禁煙外来を実施いたします。
「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。	○専門医、カウンセラーによるメンタルヘルスセミナーを開催しています。 ○保健師の訪問によるメンタル教室を行います。 ○保健師によるテレフォン健康相談をご利用いただけます。
	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。	○保健師によるテレフォン健康相談をご利用いただけます。 ○専門医、カウンセラーによる健康相談をご利用いただけます。
合計点数		点			/100点 達成基準：合計点数80点以上	