

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！

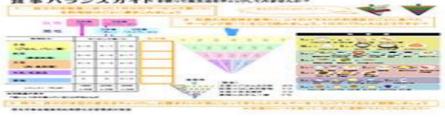
質問を読んで、(できている・概ねできている・できていない) いずれかに○印をご記入ください

※図をクリックすると、提供先の情報やリーフレットを見ることが出来ます。

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	森永健康保険組合からのサポート
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 80%以上	点 10 50%~79%	点 1 49%以下	従業員の健診受診状況を定期的に確認しましょう。 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)	○法律に基づき、健康診断を実施してください。 ○当健保組合が実施する人間ドック等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 80%以上	10 50%~79%	1 49%以下	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)	○ご提供いただいた健診結果から、該当者にはメタボ予防の特定保健指導を「無料で」ご提供します。
	③ 健診の必要性を従業員へ周知していますか？	5	3	1	健診の前に、健診について(必要性・日時・場所等)の案内をしましょう。 従業員にも健診を受診する義務があります。 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情報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、「要治療」対象者には通知や声かけをするなどで医療機関を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)の数値が高い方へは、重症化予防に向けて健診機関から「再検査」「要治療」「精密検査」等の通知をしています。
	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 50%以上	3 30%~49%	1 29%以下	従業員に健診結果の振り返りを促しましょう。特定保健指導対象者が特定保健指導を受けやすいよう職場で配慮をお願いします。 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。	○当健保組合が委託しております、管理栄養士が生活習慣改善を「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。	○安全衛生委員会等に有用な情報を提供します。また、健康づくり教育に対して費用補助を実施しております。
	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。	○血圧・体重測定の記録票等の情報を提供いたします。 

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	森永健康保険組合からのサポート
健康職場環境のための	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。	○問題点の整理をお手伝いします。当健保組合 保健事担当までお問い合わせください。
	⑩ 健康づくりの目標・計画を立て、実践していますか？	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。	○目標や計画に役立つ情報をご提供します。また、ハビットを通じて実践していただきます。 
職場の「食」	⑪ 従業員の仕事での飲み物に気をつけていますか？	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 日頃の食生活に乱れがないか声かけをしていますか？	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。	○食事のリーフレットをご提供します。 
職場の「運動」	⑬ 始業前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。	○ストレッチの方法等についての情報をご提供します。 
	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。	○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 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、禁煙につなぐことができます。	○禁煙のポスターやリーフレットをご提供します。また、禁煙費用補助を実施しております。 
	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)	○禁煙の情報をご提供します。 
「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？	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 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	上司と部下、同僚がお互い話をできる環境をつくり、研修等を行いましょ。	○当健保組合ホームページにて「ハローエンゼル健康相談」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	