

選択項目

宣言内容	チェック項目	チェック	アドバイス
保健指導の利用	健診の結果、有所見者と判定された方などは保健指導を受けていますか？	<input type="checkbox"/>	保健指導の方法は、面談による個別指導、文書による指導などの方法があります。
食生活の改善	従業員の仕事上の飲み物に気をつけていますか？	<input type="checkbox"/>	カロリー表示に気をつけ、自動販売機はミネラルウォーターやお茶を中心にしましょう。
	日頃の食生活に乱れがないか声掛けをしていますか？	<input type="checkbox"/>	カロリー以外にも、バランスの良い食事を心がけたり、夜間の食事を抑えることで健康増進につながります。
運動機会の増進	始業前などに体操やストレッチを取り入れていますか？	<input type="checkbox"/>	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。
	階段の活用など歩数を増やす工夫をしていますか？	<input type="checkbox"/>	特にデスクワークが中心の職場では効果的です。
受動喫煙対策	従業員にたばこの害について周知活動をしていますか？	<input type="checkbox"/>	喫煙による肺がんなどの疾患リスクの低減以外に、禁煙により企業の生産性が高まるといった研究結果も報告されています。
	受動喫煙防止策を講じていますか？	<input type="checkbox"/>	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)。
感染予防対策	事業場にアルコール消毒液、空気清浄器(加湿器)などを設置していますか？	<input type="checkbox"/>	かからない、うつさないことが重要です。
	インフルエンザなどの予防接種の推奨、マスクの配布などを行っていますか？	<input type="checkbox"/>	かからない、うつさないことが重要です。
過重労働対策	定時退社の推進、長時間労働対象者に対する面談を実施していますか？	<input type="checkbox"/>	過剰な残業や休日出勤の結果、心理的ストレスを感じている人も増えています。
	有給休暇の取得促進をしていますか？	<input type="checkbox"/>	申出制では取得しづらいことが考えられます。取得促進のための企業方針や具体的ルールを示すなど、取得しやすい環境づくりが重要です。
メンタルヘルス対策	管理者を含む従業員に対して、メンタルヘルスに関する情報提供や研修などを行っていますか？	<input type="checkbox"/>	近年、労働者の受けるストレスは拡大する傾向にあり、仕事に関して強い不安やストレスを感じている労働者が6割を超える状況にあります。企業においてより積極的に労働者の心の健康増進を図ることは非常に重要な課題となっています。
	ストレスチェックを行い、結果に基づいて改善を行っていますか？	<input type="checkbox"/>	
	メンタルヘルスが不調の従業員に対して、勤務形態の変更や配置換えなど柔軟な労働環境を整備していますか？	<input type="checkbox"/>	

⑥健康づくりに向けて次の取り組みを実施します

サポート体制	取り組み	実施方法
保健指導	保健師・管理栄養士が、特定保健指導として生活習慣改善をサポートします。	
食生活の改善・運動機会の増進・受動喫煙対策	健康講座などを実施します。	
感染予防対策	保健所、保健福祉事務所などで相談することができます。	
過重労働対策	労働基準監督署や労働安全衛生協会などで相談することができます。	
メンタルヘルス対策	健保連神奈川連合会などで相談することができます。	

問い合わせ先 加盟健康保険組合まで

健康保険組合連合会 神奈川連合会

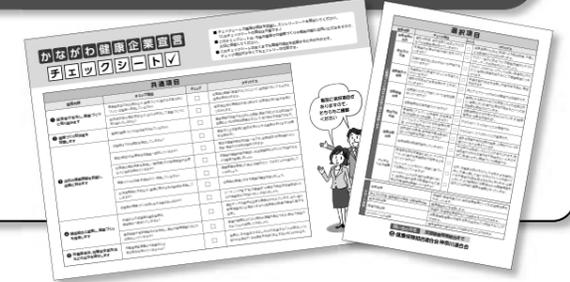
かながわ健康企業宣言って？ どんなことをするの？

健康保険組合が健保連神奈川連合会や関係団体等と連携して、
従業員の皆様の健康増進を後押しします。

ステップ 1 チェックシートで職場の現状を確認

【企業】

「チェックシート」で職場の現状を確認していただけます。
『共通項目』と『選択項目』がありますので、それぞれ確認してください。



ステップ 2 エントリーシートの提出

【企業】

別紙「エントリーシート」の宣言内容を確認のうえ、
健保組合へFAX・郵送で提出していただけます。
『共通項目』は全企業共通です。『選択項目』は各
企業で取り組む事項を選択してください。

【健保組合】

- 宣言証を送付します。
- 宣言いただいた企業を健保連神奈川連合会のホームページなどで公表します。



ステップ 3 健康づくりへの取り組み

【企業】

宣言内容をもとに、職場で実施
できる取り組み内容を計画し、
積極的に実施しましょう。



【健保組合】

健康づくりに関する情報提供や特定保健指導
を行います。また、分からないことなどについて
サポートします。

ステップ 4 取り組み内容の振り返り・報告

【企業】

「報告用チェックシート」に3～9か月間の取り
組み内容を記入のうえ、健保組合に提出していただ
きます。

【健保組合】

- 取り組み内容等を確認し、健康優良企業に認定した企業には認定証を送付します。
- 認定企業を健保連神奈川連合会のホームページなどで公表します。



かながわ健康企業宣言

チェックシート

- チェックシートで職場の現状を把握し、エントリーシートを提出してください。
(このチェックシートの提出は不要です。)
- このチェックシートは、今後の職場での健康づくりや報告の際に活用いただきますので、大切に保管してください。
- このチェックシートはあくまでも職場の現状を把握するためのものです。
チェック項目が少なくてもエントリーは可能です。

共通項目

宣言内容	チェック項目	チェック	アドバイス
① 経営者が率先し、健康づくりに取り組みます	健康宣言証の社内掲示など、健康づくりに関する企業方針について、従業員へ周知していますか？	<input type="checkbox"/>	従業員の健康に配慮することによって、経営面においても大きな成果が期待できます。
	経営者自身の健診受診など、自らが率先して健康づくりに取り組んでいますか？	<input type="checkbox"/>	経営者自身の積極的な取り組みは、従業員の取り組み促進につながります。
② 健康づくり担当者を設置します	職場の健康づくりの担当者を決めていますか？	<input type="checkbox"/>	最新情報の収集や社内外との調整・連絡の窓口となる担当者の設置など、社内体制を整備することで、取り組みを促進できます。
③ 当社の健康課題を把握し、改善に努めます	従業員は100%健診を受診していますか？	<input type="checkbox"/>	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)。
	健診(検診)の必要性を従業員へ周知していますか？	<input type="checkbox"/>	健診は健康状態を知る第一歩です。早期発見・早期治療により、発症・重症化の予防が期待できます。
	従業員の健診結果を管理し、「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？	<input type="checkbox"/>	従業員の健康状態を確認し、生活習慣病などのリスクを減らせるよう職場で配慮しましょう。
	健康づくりの目標・計画を立て、実践していますか？	<input type="checkbox"/>	健康課題を整理した後は、目標を立て、できることから解決していきましょう。
	生活習慣病の予防など、健康に関する社内研修を実施していますか？	<input type="checkbox"/>	従業員の健康に対する意識の醸成を図りましょう。
	従業員が健康づくりを話し合える場はありますか？	<input type="checkbox"/>	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。
④ 健保組合と連携し、健康づくりを推進します	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？	<input type="checkbox"/>	健診データの提供は法律で義務付けられています。また、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)。
	健診結果や受診情報などを活用し、貴社の健康課題に応じた対策をとっていますか？	<input type="checkbox"/>	業種や規模などにより傾向や課題も異なります。貴社で実施できることから実践してみましょう。
⑤ 労働基準法、労働安全衛生法などの法令を遵守します	労働基準監督署から指導または是正勧告を受けていませんか？	<input type="checkbox"/>	指導は、法令違反ではないものの改善することが望ましいと思われる場合や、法令違反を未然に防止するために行われます。

