

健康企業宣言チェックシート Step1

(様式3)

現在の職場の状態をチェックしてみましょう！

貴社の「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
健診等	① 従業員の皆様は健診を100%受診していますか？ チェック基準	点 20 80%以上	点 10 50%~79%	点 1 49%以下	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)	○当組合で実施する各種健診・人間ドックは事業者健診としてもご利用いただけます。
	② 40歳以上の従業員の健診結果を当組合へ提供していますか？ チェック基準	点 20 80%以上	点 10 50%~79%	点 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)	○当組合で実施する各種健診・契約医療機関での健診・人間ドックを受診の場合は、健診結果の提供は不要です。
	③ 健診の必要性を従業員へ周知していますか？	点 5	点 3	点 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「洋菓子KENPO」やホームページに、健診の情報を掲載しています。 ○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「要二次検査」など再度検査が必要な人に受診を勧めていますか？	点 5	点 3	点 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。	○第2・4水曜日の午後に内科医による健康相談室を実施し、血液検査・尿検査は無料で検査が受けられます。
	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？ チェック基準	点 5 80%以上	点 3 50%~79%	点 1 49%以下	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。	○特定保健指導を無料でご利用いただけます。 ○特定保健指導該当者に受診勧奨の案内・リーフレットを提供しています。
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？	点 5	点 -	点 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。	○健康管理委員に登録していただき、年1回健康管理委員会に参加できます。健康管理委員会では、法改正・保健事業についての説明の他に健康セミナーを開催しています。
	⑦ 従業員が健康づくりを話し合える場がありますか？	点 5	点 -	点 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。	○健康に関するリーフレットをご提供いたします。
	⑧ 健康測定機器等を設置していますか？	点 5	点 -	点 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。	○血圧の記録票を健康保険組合連合会ホームページよりダウンロードできます。

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
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？	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。	○当組合が実施する健診結果をご利用いただけます。
	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・計画に役立つ情報をご提供いたします。
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、自動販売機はミネラルウォーターやお茶を中心にしましょう。	○電話・Webによるファミリー健康相談を無料でご利用いただけます。
	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てていただきましょう。	○食に関するリーフレットをご提供いたします。
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。	○スポーツクラブネサンスと法人契約していますので、お得にご利用いただけます。 ○ウォーキング大会を実施しています。
	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。	○電話・Webによるファミリー健康相談を無料でご利用いただけます。 ○運動に関するリーフレットをご提供いたします。
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。	○電話・Webによるファミリー健康相談を無料でご利用いただけます。
	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)	○禁煙に関するリーフレットをご提供いたします。
「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。	○電話・面接によるメンタルヘルスカウンセリングを無料で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	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う。	○メンタルヘルスに関するリーフレットをご提供いたします。
合計点数		点			/ 100点 達成基準：合計点数80点以上	