

協会けんぽ愛媛支部
コラボヘルス事業



健康づくり推進宣言

協会けんぽとはじめる「健康経営®」

健康づくり推進宣言

Yell for your healthy life!



健康経営とは、**社員の健康を重要な経営資源と捉え、健康づくりに積極的に投資することで、社員のモチベーションや生産性の向上を図り、ひいては企業価値を高めていく**という経営スタイルです。
事業主の皆様におかれましては、本事業へ参加することにより、**一層社員への健康づくりを進めてくださいますよう、お願い申し上げます。**

「健康経営®」は特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。



全国健康保険協会 愛媛支部
協会けんぽ

愛媛県との協働による事業について

高齢化や労働人口の減少が社会問題とされるなか、脳血管疾患や心疾患などの生活習慣病は、主に働き盛り世代の方が発症しており、疾病の発症により生産性の低下につながるなど、とくに中小企業にとって大きな課題となっています。

生活習慣病は、日頃の運動不足や食生活の乱れ、喫煙習慣などによって引き起こされますが、働く人にとって、職場で過ごす時間は一日のなかで大きなウエイトを占めているため、企業が健康づくりをサポートすることで、より大きな効果が期待できます。

平成27年7月、愛媛県と協会けんぽは、県民の健康的な生活の実現を図ることを目的として包括的連携に関する協定を締結しました。その一環として、今回ご案内する事業を通じて、県内の企業における「健康経営」の普及に協働して取り組むこととしました。

この事業に参加し「健康経営」に取り組むことは、生産性の向上につながるだけでなく、「健康づくり優良事業所」として認定・表彰されることで、「従業員を大事にする会社」として社会的なイメージの向上にもつながります。是非この事業にご参加いただき、協会けんぽの各種保健サービスを織り込みつつ、取り組みを進めていただきたいと思います。

ごあいさつ

愛媛県知事

中村 時広



平均寿命が延伸し、人生100年時代が本格的に到来する中、生涯を通じて健やかで心豊かな生活を送るためには、生活習慣病の発症・重症化予防等に取り組み、「健康寿命」を延ばすことが重要です。

このため、県では、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」、「個人の行動と健康状態の改善」、「社会環境の質の向上」、「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」の四つを基本的な方向とする第3次県民健康づくり計画を策定し、市町、医療保険者、企業、団体等の多様な主体と連携・協力を図りながら、県民の皆さんの健康づくりに関する支援を展開しております。

「コラボヘルス事業」は、こうした取り組みの一環として、協会けんぽ愛媛支部と愛媛県が協定に基づき実施するものであり、事業主の皆様方におかれましては、従業員の皆さんの健康づくりをサポートするため、ぜひ積極的に御参加いただきますようお願い申し上げます。

全国健康保険協会愛媛支部長

高岡 浩



協会けんぽ愛媛支部の事業運営にご理解とご協力を賜り有り難うございます。

近年、少子高齢化による働き手不足や、従業員の平均年齢の上昇による疾病リスクの増大などにより、個人だけでなく企業における健康課題への対応の必要性が高まっています。

そのような中で、企業全体で従業員の健康づくりに取り組むことが一層重要となってきています。

愛媛支部では、愛媛県との協働により、従業員の健康づくりに取り組む企業をサポートする「健康づくり推進宣言」事業を推進しています。

従業員の健康維持・増進を図ることにより、生産性の向上、企業価値の向上が期待されるとともに、人材の定着化や社内コミュニケーションの活性化にも効果が発揮されます。

事業主の皆様におかれましては、「健康づくり推進宣言」にご参加いただき、職場の健康づくりに積極的にお取り組みいただきますようお願い申し上げます。

従業員の皆様が健康でいきいきと働き続けられるよう、愛媛支部もサポートいたします。

健康経営について

健康経営とは？

健康経営とは「企業が従業員の健康に配慮することで、経営面でも大きな成果が期待できる」という考えから、健康管理を経営的な視点でとらえ、戦略的に実践することです。



健康経営のめざすところ

課題

従業員の健康状態悪化による問題

従業員の健康状態が悪化すると、次のような問題が引き起こる可能性があります。

- モチベーションの低下
- 疾病による労働力の喪失

生産性の低下

人口減少社会の到来

人口減少社会に突入したいま、健康経営が注目されています。今後更に進む人手不足を乗り切るためには「生産性の向上」「現有労働力の確保」「若年労働力の獲得」が重要です。

解決

従業員の健康づくりを積極的にサポートする

★健康経営に取り組むことは、企業にとってもメリットがあります。

生産性の向上

従業員が健康になり業務パフォーマンスが向上します。

現有労働力の確保

若い時から健康づくりに取り組むことで、高齢になっても健康に働けることができます。

若年層労働力の獲得

いかに会社が従業員の健康に配慮しているかが、若年層の就職先選定等で重要なポイントになります。

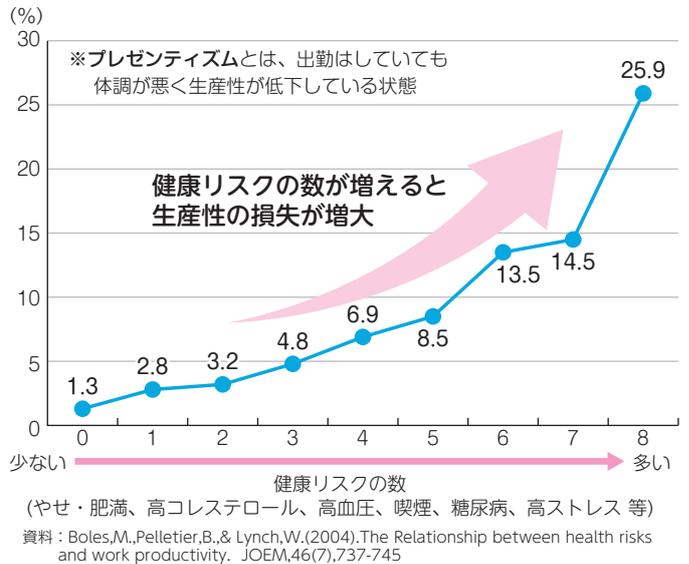
健康経営のメリット

メリットその1 生産性の向上

企業の貴重な財産である従業員の健康づくりは、従業員の労働生産性が高まり業績向上につながります。健康経営は「プレゼンティズム」の減少につながり、生産性の向上が期待できます。



健康リスク数別労働生産性損失の割合(プレゼンティズム)



メリットその2 現有労働力の確保

年齢を重ねると重大な疾患の発生リスクも高まり、「心筋梗塞等の心疾患による死亡率」「脳梗塞等の脳血管疾患による死亡率」は40代男性と比べて、50代男性は2.5倍程度、60代男性は5～6倍程度となります。人手不足が進んでいる現在、従業員が健康で長く働ける仕組みが必要です。知識や技術の継承に支障が生まれまいよう、従業員が高齢になっても健康に働き続けてもらうためには、若いときからの健康づくりが重要です。

心疾患での死亡率

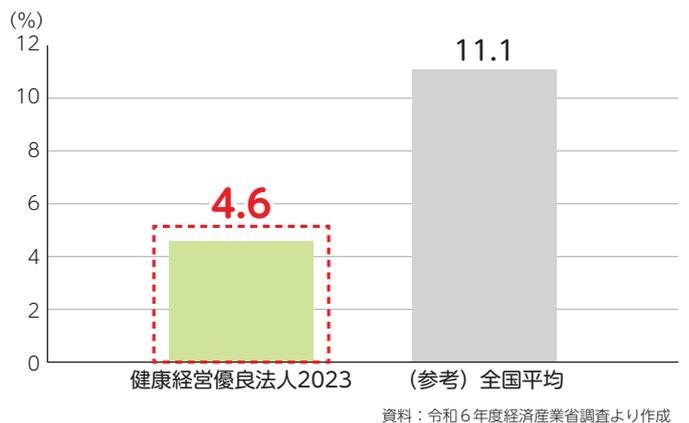


メリットその3 若年層労働力の獲得

求職者に安心感を与える健康管理体制を重視する企業が多くなってきています。従業員が安全かつ健康的に働きやすい職場環境の整備は、優秀な人材採用の促進につながります。



健康経営優良法人における離職率



「健康づくり推進宣言」

健康づくり推進宣言^(※)とは？

事業主が「事業所全体で健康づくりに取り組む」ことを宣言し取り組みを実施することで、

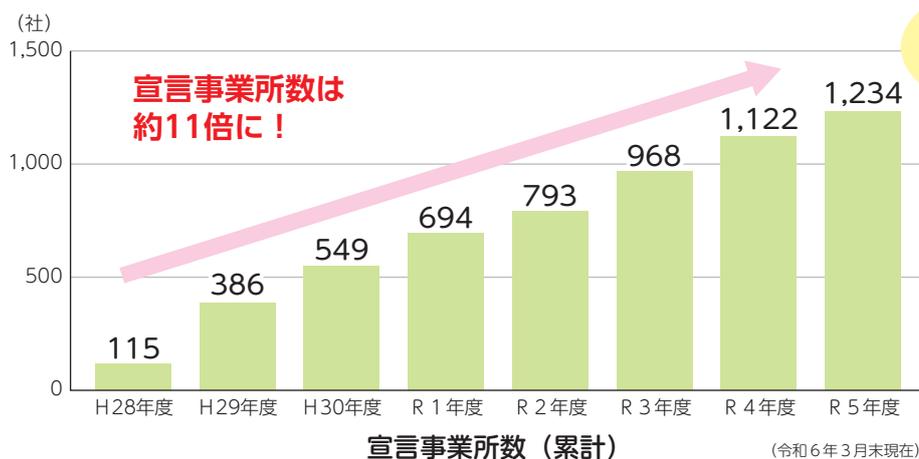
健康に関する意識を高め、心身ともに元気な職場を目指すものです。

R6年3月末現在、県内1,200社以上の事業所がそれぞれの健康づくりの取り組みを進めています。

健康づくり推進宣言にエントリーし、協会けんぽと一緒に「健康企業」を目指しませんか？

(※) 各保険者ごとに名称が異なります。協会けんぽ愛媛支部では「健康づくり推進宣言」という名称で実施しています。

健康づくり推進宣言事業所数の推移



愛媛県内
1,234社!



取り組む内容は？

愛媛支部の「健康づくり推進宣言」では、目標として必ず取り組む**必須項目**と、事業所の健康課題に応じて1つ以上選択して取り組む**選択項目**があります。

本パンフレットの7～8ページの「健康度チェックシート」を使って、事業所の健康課題を把握し、取り組み内容を検討いただくことができます。

必須項目

従業員の健診受診率
100%

特定保健指導の実施
(前年度以上または
対象者の50%以上)

選択項目

食生活の見直し

運動の推進

禁煙・分煙

アルコール

心の健康づくり

取り組みを進めている企業様からは、こんな声をいただいています!^(※)

禁煙を
心掛ける社員が
増加
しました!



ウォーキングや
ジムに通う
従業員も
増えています!

(※) 令和6年度健康づくり優良事業所取り組み事例集より

「健康づくり推進宣言」参加の流れ

1

宣言書を協会けんぽ愛媛支部へ提出 (FAXまたは郵送)

- 健康度チェックシートを利用して、取り組み内容を検討しましょう。
- 宣言書は本パンフレットの最終頁を切り取ってお使いいただけます。
- 協会けんぽ愛媛支部ホームページからダウンロードもできます。



2

協会けんぽ愛媛支部から「宣言の証」が届く



3

宣言した項目の具体的な取り組みスタート



- 協会けんぽ愛媛支部の「オンライン健康講座」や、ポスターも活用して具体的な取り組みを進めましょう。
- 宣言の証を掲示して、社内外に取り組みを発信しましょう!
- 協会けんぽ愛媛支部ホームページでも、事業所名を紹介させていただきます。



4

取り組みを振り返り、PDCAサイクルを回す

- 毎年4~5月頃に「実施結果レポート」をお送りします。取り組みを振り返り、よかった点、不十分だった点を今後の取り組みに生かしましょう。
- 「実施結果レポート」が80点以上の事業所は、愛媛支部「健康づくり優良事業所」として認定されます。特に優れた取り組みを実施している事業所の表彰制度もあります。



さらにステップアップ! 「健康経営優良法人認定制度」へチャレンジ!

経済産業省が制度設計を行う、優良な健康経営を実践している企業等を「健康経営優良法人」として顕彰する制度です。「健康づくり推進宣言」への参加が、申請の条件となっています。
(「健康経営優良法人認定制度」については、経済産業省ホームページをご覧ください。)

- 民間企業とも連携し、健康経営の普及促進・支援を行っています
- アクサ生命保険株式会社 ■AIG損害保険株式会社 ■住友生命保険相互会社 ■第一生命保険株式会社
 - 三井住友海上あいおい生命保険株式会社 ■三井住友海上火災保険株式会社 ■明治安田生命保険相互会社
- (五十音順)

「健康づくり推進宣言」事業のスケジュール

トピックス ()内は詳細ページ	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
健康づくり優良事業所認定(5P)	(下旬)実施結果レポート送付	→	実施結果レポート提出締切					認定事業所決定 認定証送付				
健康づくり優良事業所表彰(5P)				表彰事業所選考	→			表彰式				
健康づくり講座(9P)			申込・利用スタート	→								
健康つうしんぼ(9P)							第一弾 発送		第二弾 発送			
健康づくり好事例集の発行(9P)								★				
ウォーキングイベント(9P)							→					
健康づくりツールの提供(9P) ●ポスター提供 ●血圧計レンタルなど	→											
健康経営優良法人(経済産業省)(5P)					申請スタート	→	申請締め切り					認定企業発表

※スケジュールは前後することがあります。

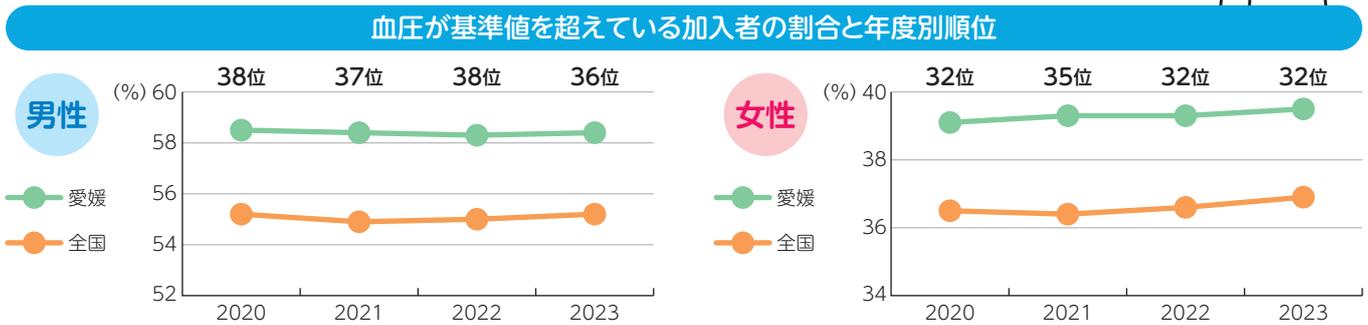
愛媛支部の現状と課題

健康づくりの取り組みの参考としていただくため、愛媛支部加入事業所のデータからみえる愛媛支部の健康の現状と課題をご紹介します。

●男性、女性ともに血圧が高い方^(※)が全国と比較して多いです。

(※収縮期130mmHg以上,または拡張期85mmHg以上、または服薬している方の割合)

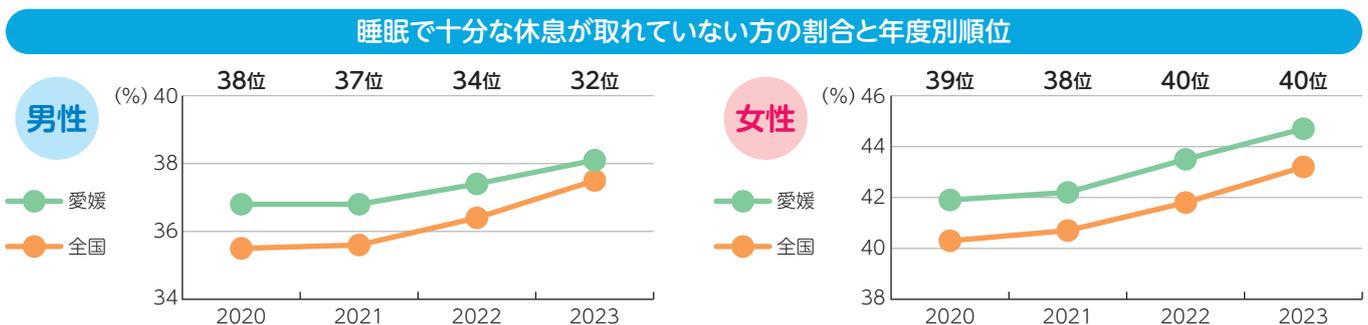
高血圧を放置すると、血管に力がかかり続けることで動脈硬化につながり、さらに動脈硬化は脳梗塞や狭心症、心疾患等の重篤な疾患を引き起こします。



●睡眠で十分な休息が取れていない方^(※)が多い傾向があります。

(※健診の問診にて「睡眠で十分休息が取れている」に「いいえ」と答えた方の割合)

睡眠不足や、睡眠の質が悪いと、メンタルヘルスへの悪影響を及ぼすことが示唆されています。



健康度チェックシート

職場内の健康づくりに関する取り組みをチェックしてみましょう！

取組分野	質問	回答内容	点数 回答内容の点数を ご記入ください
健診等	1 従業員全員の健診（労働安全衛生法による健診）受診率はどのくらいですか？	<input type="checkbox"/> 100% (20点) <input type="checkbox"/> 80～99% (10点) <input type="checkbox"/> 80%未満 (0点)	点
	2 40歳以上の従業員の健診結果を、協会けんぽへ提供していますか？	<input type="checkbox"/> 協会けんぽの生活習慣病予防健診を利用している (5点) <input type="checkbox"/> 定期健診のデータ提供にかかる同意書または提供依頼書を協会けんぽに提出している (5点) <input type="checkbox"/> 定期健診のデータ提供にかかる同意書または提供依頼書を協会けんぽに提出していない (0点)	点 (上限5点)
	3 従業員が健診を受診しやすい環境づくりへの取組み又は、制度がありますか？	<input type="checkbox"/> 取組を実施している (2点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 健診にかかる時間の出勤認定や特別休暇付与	点
	4 家族（被扶養者）の特定健診の受診勧奨をしていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (8点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 被保険者を通じた受診の呼びかけ 受診を促すチラシの配布	点
健診結果の活用	5 健診結果が、「要治療」「要精密検査」など再検査が必要な人に受診を勧めていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (15点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 対象者への個別声掛け 精密検査に要する時間の出勤認定	点
	6 健診の結果、特定保健指導の対象となった該当者について、保健指導を実施していますか？	<input type="checkbox"/> 特定保健指導を実施している、又は対象者がいない (15点) <input type="checkbox"/> 特定保健指導を実施していない (0点)	点
健康づくり環境	7 協会けんぽ健康保険委員（健康づくり担当者）を登録されていますか？	<input type="checkbox"/> 登録している (3点) <input type="checkbox"/> 未登録 (0点)	点
	8 管理職又は従業員に対し、健康に関する研修又は、情報提供を行っていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (3点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 協会けんぽの健康づくり講座の受講	点
感染症対策	9 従業員の感染症予防対策の取組みを行っていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (5点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 アルコール消毒液の設置 体温計の設置	点

小計

点

取組分野	質問	回答内容	点数 回答内容の点数を ご記入ください
過重労働防止	10 管理職も含めた、従業員の時間外勤務を把握し、長時間労働者への具体的な対策を講じていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (3点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 定時退社日の設定 超過勤務時間削減のための業務見直し	点
食	11 従業員の飲み物や食生活に関する取組みを行っていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (3点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 自動販売機の飲料を低糖のものに変更 健康に配慮した仕出し弁当の利用促進	点
運動	12 従業員の運動機会の増進に向けた取組みを継続的に行っていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (3点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 日々の体操やストレッチの実施 徒歩や自転車での通勤環境の整備	点
たばこ	13 受動喫煙防止策を講じていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (3点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 敷地内禁煙 建物内完全分煙	点
	14 喫煙者に対して禁煙推奨を行っていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (3点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 喫煙場所への禁煙推進ポスター貼付 禁煙外来受診費用の補助	点
アルコール	15 従業員に適正な飲酒量の推奨等を行っていますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (3点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 社内に適正飲酒量推奨ポスター貼付 休肝日の設定	点
心の健康	16 メンタルヘルス対策として、不調者へのサポート体制を整備していますか？	<input type="checkbox"/> 実施している (3点) <input type="checkbox"/> 未実施 (0点) 例 相談窓口の設置 対象者の復帰時における短時間勤務等の配慮	点
	17 ストレスチェックを実施し、自社の健康状態を把握していますか？	<input type="checkbox"/> 「労働安全衛生法に基づくストレスチェック制度実施マニュアル」に沿ったストレスチェックの実施 (3点) <input type="checkbox"/> 実施していない (0点)	点

健康つうしんぼ[※]や
 チェックシートの結果をもとに
 重点的に取り組む項目を決めましょう。

※健康つうしんぼは協会けんぽの健診を一定数以上の方が受けている事業所様に定期的にお送りしています。

小計 点

合計 点

「健康づくり推進宣言」事業所の特典

特典
1

健康づくりの各種サポート **無料**

※内容は変更することがあります。

オンライン講座を無料で実施

食事、運動、メンタルヘルスなどの健康づくりに関する**オンライン講座**を**無料**で実施しています。事業所様のニーズに合わせた講座を利用可能です。

各種健康づくりツールの提供

食事、運動、喫煙対策等、様々なテーマのポスターをご用意しています。オフィスでの回覧や会議室・事業所入口への掲示等にご活用ください。事業所様の健康管理にお役立ていただけるよう、血圧計のレンタルも行っています。

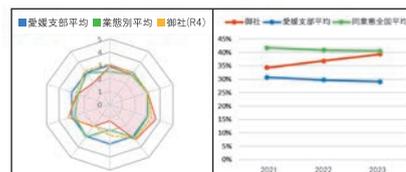
ウォーキングイベントへ参加可能！

目標歩数を決め、チームで歩き、目標達成を目指します。令和6年度は140チーム、800名以上の方にご参加いただいた大好評の健康づくりイベントです。



「健康つうしんぼ」をお送りします！

事業所ごとに、健診・保健指導の実施率や健診結果に基づく健康状態や生活習慣の傾向を「見える化」したものです。自社の健康状態の把握や目標の設定にご活用ください。(事業所規模によっては送付対象外となる可能性があります。)



特典
2

ロゴマークを使って、健康づくりをPR!

「健康づくり推進宣言」事業所に参加されている事業所様は、「ロゴマーク使用申請書」によりお申込みいただくことで、広報・名刺等にロゴマークを使用することができます。



健康づくり
推進宣言



健康づくり
優良事業所

※「健康づくり優良事業所」に認定され、お申込みをいただくと、こちらの専用ロゴマークも使用できます。

特典
3

健康づくりに取り組んでいる事業所をPRします!

愛媛支部ホームページにて事業所名の掲載（希望する場合のみ）、優れた取り組みを実践している事業所の事例をまとめた事例集を作成しています。

健康づくり推進宣言
事業所一覧



協会けんぽ愛媛支部
健康づくり事例集



その他の
特典

- ★伊予銀行『いよぎんビジネスサポートローンH ヘルスマネジメント』（事業所向け）利用時に、金利待遇の対象
- ★愛媛銀行『ひめぎんフリーローン・プレステージ』（個人向け）利用時に、金利優遇及び融資可能額UPの対象

健康づくり推進宣言書

従業員が心身ともに健康で働き続けることができる企業を目指し、健康づくりに取り組むことを宣言します。

<input checked="" type="checkbox"/> 従業員の健診100% 必須	40歳以上の協会けんぽの生活習慣病予防健診以外で受診している場合は同意書にて健診データを提供します。
<input checked="" type="checkbox"/> 特定保健指導の実施 必須	従業員の特定保健指導の実施目標として、 以下どちらか1つにチェック してください
どちらか1つ 選んでチェック <input checked="" type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	前年度以上の実施率を目指します
<input type="checkbox"/>	50%以上の実施率を目指します

以下の取組項目一覧表から**1つ以上選んでチェック** して**具体的な取り組み**をご記入ください

<input type="checkbox"/> 食生活の見直し	(例) ヘルシー弁当の導入、自動販売機の飲料を低カロリーのものにする
<input type="checkbox"/> 運動の推進	(例) 階段の利用促進、ラジオ体操の実施、スポーツジムの利用促進
<input type="checkbox"/> 禁煙・分煙対策	(例) 施設内禁煙、禁煙セミナーの開催
<input type="checkbox"/> 適正なアルコール 摂取の働きかけ	(例) 休肝日の設定、お酒の適正な飲み方やマナーの周知
<input type="checkbox"/> 心の健康づくり	(例) メンタルヘルス研修の実施、相談体制の確立

宣言日 令和 年 月 日 事業主氏名

事業所名	健康保険の記号*	※記号・番号については、 ●資格確認のお知らせ ●マイナポータル (健康保険の資格情報画面) ●資格確認書 にて確認いただけます。
電話番号	(健康づくりご担当者様の) 番号*	
健康づくりご担当者 (健康保険委員)	健康づくりご担当者様には、健康保険委員にも併せてご登録いただいております。健康保険委員にご登録いただいていない場合は、健康保険委員としてご登録させていただきます。(登録料・年会費無料) ※健康保険委員は被保険者の方が対象です。	
利用規約に同意し、 メールマガジンの 配信を希望する <input type="checkbox"/>	メールアドレス	利用規約は こちら 
今後、協会けんぽの保健師・ 管理栄養士による支援を希望する <input type="checkbox"/>	愛媛支部ホームページでの企業名の紹介を 希望しない ※ホームページで健康づくり推進宣言をされた企業名を紹介します。▶ <input type="checkbox"/> 掲載を希望しない場合は チェック してください。	

■健康づくり推進宣言のきっかけを教えてください(該当するものに○をつけてご記入ください)

- ① 協会けんぽの広報 (HP・広報誌・DM・訪問) ② 企業等からの紹介 (紹介先企業名:)
 ③ その他 ()



全国健康保険協会 愛媛支部

協会けんぽ

〒790-8546 愛媛県松山市千舟町4丁目6-3 アヴァンサ千舟1F

TEL 089-947-2100

営業時間 08:30~17:15 (土日祝・年末年始を除く)