

提出年月日

令和元年12月〇日

法人等名称

株式会社 ○○○

現在継続している取組（普及啓発や研修会は過去1年以内の取組）について、回答欄に○をつけ、空欄に記入してください。

回答欄

1 健康経営宣言

（全ての項目の取組が必須）

- 1 事業主が健康経営宣言をし、社内外に示している。
 →健康経営宣言年月日
 平成〇〇年 〇月 〇日
 →宣言の記載
 従業員の健康を重要な経営資源と考え、従業員や家族の健康増進と働きやすい職場づくりに取り組みます。
 1 特定健診・特定保健指導の受診を徹底し、従業員と家族の病気の早期発見・早期治療に取り組みます。
 2 コミュニケーションの活性化に取り組みます。
 3 敷地内禁煙とし、社員の禁煙支援や受動喫煙防止に取り組みます。
- 2 今回新たに参加を希望 秋田県健康づくり県民運動推進協議会へ参加している。
- 3 全ての事業場において、従業員の健康管理を担当する者を定めている。
- 4 組織として従業員の健康づくりの目標を立て、取り組んでいる。
 →目標の記載
 1日にプラス20分間運動する従業員を増やす。
 →取組の記載
 職場対抗歩数競争を実施する。
- 5 【加入保険者で健康宣言の登録を実施している場合】
 加入保険者に健康宣言を登録している。

2 健康診断・特定健診・特定保健指導

（いずれかの項目の取組が必須）

- 6 全ての常勤従業員が、定期健康診断を受診している。
- 7 直近の定期健康診断の受診率が100%でない場合、未受診の理由を確認し、受診勧奨等の対応をしている。

（2つ以上の取組が必須）

- 8 医療保険者と連携し、健診や保健指導を受診しやすいように、時期や場所を設定している。
- 9 被扶養者の特定健診受診率を向上させるための取組をしている。
- 10 特定保健指導対象者へ、保健指導の受診を働きかけている。
- 11 再検査や精密検査等対象者へ、医療機関等への受診を働きかけている。
- 12 特定保健指導や再検査、精密検査受診のための出勤認定、特別休暇等の制度がある。
 →チェックを入れた項目について、具体的な内容を記入してください。

7：産休中やケガで病気休暇中で年度内には受診できない従業員がいたので、次年度は必ず受けるよう働きかけた。
 8：職場で保健指導を受けることができるように調整している。
 9：従業員に案内を手渡しするよう働きかけている。
 10：未受診者に複数回、上司から声をかけ、健康づくり担当に報告している。
 11：健康づくり担当から個別に通知を出し、受診状況の確認を複数回行っている。

3 がん検診 受診率向上

(2つ以上の取組が必須)

- | | | |
|----|-------------------------------------|--|
| 13 | <input type="checkbox"/> | 従業員や家族を対象に、がんやがん検診に関する正しい知識の普及啓発に取り組んでいる。 |
| 14 | <input checked="" type="checkbox"/> | 従業員や家族を対象に、専門家を講師とした、がんやがん検診に関する研修会を開催している。 |
| 15 | <input checked="" type="checkbox"/> | 従業員が他機関が実施するがんやがん検診に関する研修会を受講した場合、その内容を従業員に伝達している。 |
| 16 | <input type="checkbox"/> | 常勤従業員に対して、厚生労働省が推奨する「五大がん」検診の受診費用を補助している。 |
| 17 | <input type="checkbox"/> | がん検診受診のための出勤認定、特別休暇等の制度がある。 |
| 18 | <input checked="" type="checkbox"/> | がん検診を定期健康診断と同時に受診できる体制がある。 |
| 19 | <input checked="" type="checkbox"/> | 再検査や精密検査等対象者へ、医療機関等への受診を働きかけている。 |
| 20 | <input type="checkbox"/> | 【がん検診の費用補助を法人として実施していない場合】
従業員やその家族に、市町村が実施するがん検診の受診を働きかけている。 |

→チェックを入れた項目について、具体的な内容を記入してください。

14：がん専門看護師を講師に、乳がんをテーマに従業員と家族を対象とした研修会を実施した（開催案内添付）。
 15：健康管理担当職員が参加した、がんの体験に関する研修会の内容を朝礼で伝達した。
 18：定期健康診断に項目を追加し、がん検診も同時実施をしている。会社で費用補助している人間ドック対象者は、定期健康診断の項目のほかに、がん検診の受診も認めている。
 19：健康づくり担当から個別に通知を出し、受診状況の確認を複数回行っている。

4 栄養・食生活

(2つ以上の取組が必須)

- | | | |
|----|-------------------------------------|---|
| 21 | <input checked="" type="checkbox"/> | 従業員や家族を対象に、減塩や野菜摂取に関する正しい知識の普及啓発に取り組んでいる。 |
| 22 | <input type="checkbox"/> | 従業員や家族を対象に、専門家を講師とした、栄養・食生活改善の研修会を開催している。 |
| 23 | <input checked="" type="checkbox"/> | 従業員や家族が利用できる、栄養や食生活に関する相談や指導が受けられる窓口を設置し、周知している。 |
| 24 | <input checked="" type="checkbox"/> | 【社員食堂や寮がある場合】塩分摂取を減らす取組をしている。 |
| 25 | <input checked="" type="checkbox"/> | 【社員食堂や寮がある場合】野菜や果物を多く摂取できる取組をしている。 |
| 26 | <input type="checkbox"/> | 【社員食堂がある場合】栄養成分を、従業員が理解できるように、表示している。 |
| 27 | <input checked="" type="checkbox"/> | 【宅配弁当の利用がある場合】健康に配慮した弁当を利用できるよう取組をしている。 |
| 28 | <input checked="" type="checkbox"/> | 【自動販売機の設置をしている場合】健康に配慮した飲料を配置している。 |
| 29 | <input checked="" type="checkbox"/> | 【従業員が利用できる飲料や菓子等を準備している場合】
健康に配慮した飲料や菓子等を選択している。 |
| 30 | <input checked="" type="checkbox"/> | 食事を摂るために十分な休憩時間を設定している。 |
| 31 | <input checked="" type="checkbox"/> | 社内行事等で従業員に弁当等の食事を提供する際に、栄養バランスや適切な量を考慮している。 |

→チェックを入れた項目について、具体的な内容を記入してください。

21：従業員が食事休憩に使用する食堂に、加入保険者から借りたフードモデルを展示し、チラシを配布した（写真参照）。
 23：会社で契約した健康に関する電話相談で、栄養や食事について管理栄養士に相談できる（周知チラシ添付）。
 24：社員食堂で減塩醤油を置いたり、ラーメンや味噌汁の塩分量を見直した。
 25：社員食堂でサラダバーを実施している。寮の朝食で果物を出している。
 27：地域の仕出し弁当店で、野菜多めのメニューを注文できるように依頼し、日替わり弁当を注文している。
 28：無糖のコーヒーや、水、お茶が入るように依頼した。自動販売機に糖分や塩分を表示している（写真参照）。
 29：売店で具だくさん味噌汁のフリーズドライを売っている。誰でも利用できる休憩コーナーに置く菓子をスナック菓子以外にしている。
 30：勤務シフトを組む時に、〇〇分以上確保するよう配慮している。
 31：会議で従業員に弁当を出す際に、仕出し店に内容を相談して、揚げ物に偏らない内容にしている。

5 身体活動・運動

(2つ以上の取組が必須)

- | | | |
|----|-------------------------------------|---|
| 32 | <input type="checkbox"/> | 従業員や家族を対象に、身体活動や運動に関する正しい知識の普及啓発に取り組んでいる。 |
| 33 | <input checked="" type="checkbox"/> | 従業員や家族を対象に、専門家を講師とした、身体活動・運動の研修会を開催している。 |
| 34 | <input type="checkbox"/> | 各事業場で恒常的にストレッチやラジオ体操に取り組んでいる。 |
| 35 | <input type="checkbox"/> | 階段の使用を推奨している。 |
| 36 | <input checked="" type="checkbox"/> | 座りっぱなしの時間を減らすよう働きかけている。 |
| 37 | <input checked="" type="checkbox"/> | 徒歩や自転車での通勤環境を整えている。 |
| 38 | <input checked="" type="checkbox"/> | 従業員が定期的に運動することを支援している。 |
| 39 | <input checked="" type="checkbox"/> | 自治体を実施するチャレンジデー等のスポーツイベントに参加している。 |
| 40 | <input checked="" type="checkbox"/> | 従業員が利用する運動施設利用料の費用を補助している。 |
| 41 | <input checked="" type="checkbox"/> | 従業員が運動や身体を動かす機会をつくっている。 |

→チェックを入れた項目について、具体的な内容を記入してください。

33：地域のスポーツ推進員を講師にストレッチ教室を年1回開催している（開催通知添付）。
 36：立って打ち合わせをするスペースを設けている。わざとコピー機を遠くに置いている。
 37：自転車置き場を設置している。スニーカーを履いての通勤・勤務を推奨している。
 38：休憩室にバランスボールを設置して誰でも利用できるようにしている。
 39：毎年チャレンジデーに参加している（写真参照）。
 40：スポーツクラブを法人契約している。
 41：歩数計を貸与している。家族も参加できる運動会を実施している（開催通知添付）。

6 受動喫煙ゼロ、そして禁煙

(いずれかの項目の取組が必須)

- | | | |
|----|-------------------------------------|--|
| 42 | <input checked="" type="checkbox"/> | 秋田県受動喫煙防止宣言施設に登録している。 |
| 43 | <input type="checkbox"/> | 【第1種施設の場合】敷地内禁煙とし、屋外喫煙所を設置していない。 |
| 44 | <input type="checkbox"/> | 【第2種施設の場合】屋内禁煙とし、喫煙専用室や指定たばこ専用室を設置していない。 |

→43または44の場合 従業員や外来者に示している表示等の写真を添付してください【様式任意】

(2つ以上の取組が必須)

- | | | |
|----|-------------------------------------|--|
| 45 | <input checked="" type="checkbox"/> | 従業員や家族を対象に、受動喫煙や「たばこ健康」に関する正しい知識の普及啓発に取り組んでいる。 |
| 46 | <input checked="" type="checkbox"/> | 秋田県受動喫煙防止条例に記載している県民の責務を啓発し、喫煙する従業員が受動喫煙防止に取り組むよう支援している。 |
| 47 | <input checked="" type="checkbox"/> | 営業車や社用車を禁煙とし、受動喫煙防止に取り組んでいる。 |
| 48 | <input checked="" type="checkbox"/> | 喫煙可能な場所であっても、できるだけ周囲に人がいない場所で喫煙するよう呼びかけ受動喫煙防止に取り組んでいる。 |
| 49 | <input type="checkbox"/> | 従業員や家族を対象に、禁煙講座を実施している。 |
| 50 | <input checked="" type="checkbox"/> | 従業員の禁煙を支援する制度がある。 |
| 51 | <input checked="" type="checkbox"/> | 就業時間中に禁煙タイムを設けている（全時間禁煙も含む）。 |

→チェックを入れた項目について、具体的な内容を記入してください。

45：従業員向けのメール配信で定期的に情報を発信している（メールの写しを添付）。
 46：県民の責務として、歩きながら喫煙しないことや、子どもや病人の前では喫煙しないことをポスターにして掲示している。
 47：平成〇〇年から禁煙にしている。
 48：喫煙者に対して、喫煙可能な飲食店でも食事中は喫煙しないように情報発信している。
 50：禁煙外来の紹介。禁煙治療への助成。産業医との面談の実施。
 51：平成〇〇年から就業時間中は休憩時間を除いて全時間禁煙にしている。

7 アルコールと健康

(2つ以上の取組が必須)

- 52 従業員や家族を対象に、アルコールの飲み過ぎや健康被害に関する正しい知識の普及啓発に取り組んでいる。
- 53 適量飲酒（概ね男性2合、女性1合/日）を呼びかけ、健康被害の防止を働きかけている。
- 54 休肝日（概ね週2回）を設けることを呼びかけ、健康被害の防止を働きかけている。
- 55 飲酒を伴う会合を開催する場合、ソフトドリンク等のノンアルコール飲料も用意している。
- 56 アルコールハラスメントの防止に取り組んでいる。

→チェックを入れた項目について、具体的な内容を記入してください。

52：給料明細に健康情報として定期的に記載し、家族にも伝わるようにしている。
54：従業員が休憩で利用するコーナーに掲示している（写真添付）。
55：親睦行事や懇親会では必ずソフトドリンクやノンアルコール飲料を用意している。
56：管理職研修でハラスメントについて講話を実施し、飲酒を強要しない雰囲気作りに努め実行している。

8 歯と口腔の健康

(2つ以上の取組が必須)

- 57 従業員や家族を対象に、う蝕や歯周病等、歯の喪失防止に関する正しい知識の普及啓発に取り組んでいる。
- 58 従業員が職場で食後に歯を磨くことができる場所がある。
- 59 常勤従業員に対して、歯科健診の受診費用を補助している。
- 60 歯科健診受診のための出勤認定、特別休暇等の制度がある。
- 61 【歯科健診の費用補助を法人として実施していない場合】
従業員やその家族に、市町村が実施する歯周病検診の受診を働きかけている。

→チェックを入れた項目について、具体的な内容を記入してください。

57：社内報の健康情報コーナーに毎年むし歯予防デーの時期に掲載している。
58：歯を磨きやすいように洗面台を設置した。トイレとは別に歯を磨くスペースを確保した。
61：従業員の住む市町村の検診実施状況を確認し、個別にお知らせをしている。

9 こころの健康

(必須項目)

62 過重労働対策を従業員や家族に示し、長時間労働や連続勤務の防止に取り組んでいる。

(2つ以上の取組が必須)

63 従業員や家族を対象に、ストレスや睡眠不足、こころの健康に関する正しい知識の普及啓発に取り組んでいる。

64 組織全体で、あいさつや声かけ等を通し、従業員同士のコミュニケーションの活性化をはかっている。

65 常勤従業員の規模に関わらず、ストレスチェックおよび事後の面接指導を実施している。

66 従業員や家族が利用できるメンタルヘルスに関する相談窓口を周知している。

67 「秋田県心はればれゲートキーパー養成講座」を受講した管理職や従業員が在籍している。

68 従業員が他機関が実施するこころの健康に関する研修会を受講した場合、その内容を従業員に伝達している。

69 ハラスメントの防止対策や相談体制を整備し、従業員に周知している。

70 組織として、メンタルヘルスの不調の兆候がある従業員に気づき、声をかけ、適切な相談機関等へつなぐ体制を整えている。

→チェックを入れた項目について、具体的な内容を記入してください。

62：過重労働対策は全従業員あてに毎年文書で示している。毎週水曜日はノー残業デーにしている。残業時間や休日出勤の確認を行い業務量や人員配置を行っている。職場全体で誕生日前後の有給休暇取得を推奨している。
64：毎朝朝礼を行い、あいさつの復唱やスピーチを行ってコミュニケーションの活性化を行っている。
65：従業員数は30人だが、法令に準じた手順で実施している。
66：秋田県作成の相談窓口一覧「ふきのとうホットライン」を従業員や家族にお知らせしている。
68：労働基準監督署が実施するメンタルヘルスに関する研修会に参加し内容を社内報で伝達した。
70：上司や健康づくり担当者から声をかけ、保健所や医療機関を紹介できるようリストをつくっている。

10 社会参加

(1つ以上の取組が必須)

71 従業員の地域活動を支援している。

72 組織として従業員が参加する地域活動を実施している。

クを入れた項目について、具体的な内容を記入してください。

71：ボランティア休暇制度があり、災害時には積極的に利用するよう呼びかけている。
72：地域の祭りに法人として参加し、従業員が運営ボランティアや開催前後の清掃活動に参加している。

県担当者使用欄