

従業員の健康は企業の誇り  
活気ある職場は従業員の健康づくりから

# 健康企業宣言<sup>®</sup>

STEP 2

健康企業宣言<sup>®</sup>は、全国健康保険協会の登録商標です。

事業主が「健康企業宣言」することで、従業員と一体になって健康づくりに取り組める  
従業員の健康への投資は企業の利益の向上につながる

## 健康企業宣言に取り組むメリット

従業員が健康でないと、企業も実力を発揮できません。従業員の健康管理は、企業のリスク管理でもあります。

企業で健康づくりをすることで、リスク低減が期待できます。

「健康企業宣言」エントリー事業所には「宣言の証」を送付します。  
また、ホームページで取り組みを公表、さらに、認定証を贈呈した事業所は健康づくりに取り組み、認定を受けた企業としてホームページで紹介します。

**STEP 1** では、健康経営を行うために職場の健康づくりに取り組む環境を整えます。健康企業宣言の取り組み内容をクリアすると、東京土建国保より健康優良企業として「銀の認定証」を贈呈します。

**STEP 2** では、職場の健康経営・健康づくりをさらに進め、安全衛生にも取り組みます。健康企業宣言の取り組み内容をクリアすると、健康企業宣言東京推進協議会<sup>\*</sup>より健康優良企業として「金の認定証」を贈呈します。

健康企業宣言の取り組みは東京商工会議所の「健康経営アドバイザー制度」と連携しています。また、日本健康会議「健康経営優良法人認定制度」にチャレンジする基礎を作り、社会的な認知、企業イメージの向上につながります。

<sup>\*</sup>健康企業宣言東京推進協議会とは、東京都内の中小企業による健康経営・健康づくりの取り組みを支援・普及・促進し、健康企業宣言に取り組む企業等に対して、健康優良企業として認定することを目的として、都内の医療保険者、経済団体、自治体など関係団体が連携して推進する協議会です。

今後、中小企業団体との連携を強化し、他の保険者や関係団体に参加を求め、事業の拡大を目指します。

(参画団体) 東京都 全国健康保険協会東京支部 健康保険組合連合会東京連合会  
国民健康保険組合東京協議会 東京都商工会連合会 東京都商工会議所連合会  
東京商工会議所 東京都医師会 東京都歯科医師会 東京都薬剤師会  
東京都社会保険労務士会 東京都中小企業診断士協会  
東京都総合健康保険組合協議会 東京都総合組合保健施設振興協会

FAX

送信先：東京土建国保組合 健康増進課 宛

03-5348-2983

おかけ間違いにご注意ください

従業員の健康は企業の誇り 活気ある職場は従業員の健康づくりから

応募用紙

健康企業宣言<sup>®</sup>

STEP 2

健康企業宣言<sup>®</sup>は、全国健康保険協会の登録商標です。

下記の項目にチェック、または記入して FAX にてご応募ください

宣言して取り組みます

取り組む項目 取り組む項目（任意）に ☑（チェックマーク）を ご記入ください。	<input type="checkbox"/> 健診・重症化予防に取り組みます <input type="checkbox"/> 健康管理・安全衛生活動に取り組みます <input type="checkbox"/> メンタルヘルス対策に取り組みます <input type="checkbox"/> 過重労働防止に取り組みます <input type="checkbox"/> 感染症予防対策に取り組みます		
	<input type="checkbox"/> 健康経営に取り組みます		
支部名	支部	事業所名	
健康優良企業 （銀の認定） 認定番号	国銀第 号	事業主名	様
担当者名	様	電話番号	
会社の メールアドレス	※東京土建国保組合から情報メールを配信します。		

東京商工会議所が実施する健康経営エキスパートアドバイザー（社会保険労務士、 中小企業診断士、保健師等）による無料の取り組み支援について関心がありますか？	<input type="checkbox"/> 関心がある <input type="checkbox"/> 関心がない
---	--

東京土建国保組合ホームページでの紹介を希望しない ※ホームページで、健康企業宣言をされた事業所を紹介します。掲載を希望しない場合に限りチェックをお願いします →	<input type="checkbox"/>
---	--------------------------

健康企業宣言の認定を行う健康企業宣言東京推進協議会への情報提供について同意しない ※同意いただけない場合は、認定が受けられないことがあります。同意しない場合に限りチェックをお願いします → ※情報提供の項目は本応募用紙の記載事項の他、健康優良企業認定審査に係わる事項に限ります。	<input type="checkbox"/>
---	--------------------------

健康経営に関する定期的な情報提供（メルマガ等）を実施する東京商工会議所への情報提供について同意しない ※同意しない場合に限りチェックをお願いします → ※情報提供の項目は本応募用紙の記載事項の他、事業所所在地に限ります。	<input type="checkbox"/>
--	--------------------------

東京土建国国民健康保険組合 健康増進課

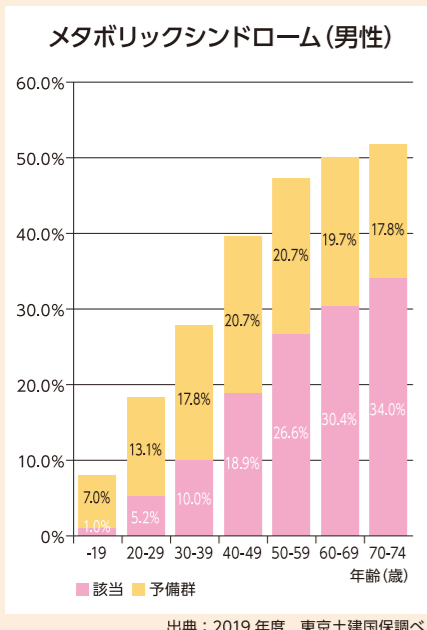
2022年4月

事業所が中心となった健康づくりが必要な理由

食べ過ぎや運動不足などの偏った生活習慣がメタボリックシンドローム（メタボ）を起こします。事業所が自らの健康課題を見つけ、そこにフィットした取り組みを行うことが必要です。

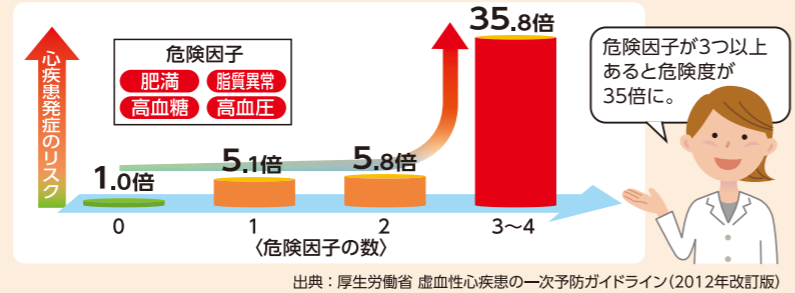
■メタボ該当者の割合(男性・年代別)

2019年度東京土建国保加入者のメタボの割合です。年齢が高くなるほどメタボの割合が増加していることがわかります。



■危険因子の数と心臓病のリスク

40歳以上の日本人男性を対象とした追跡調査では、メタボと脳卒中や心疾患のリスク(危険度)には大きな関連があることが判っています。



■生活習慣病の重症化による医療費と入院リスク

脳卒中や心疾患による従業員の突然の発病、入院、休業は本人の生活の質を損なうだけでなく、企業経営の上からも大きなリスクになります。

	一人当たり年間医療費	病気になると…(可能性を含む)
脳血管疾患(くも膜下出血、脳梗塞、脳内出血)	135万円	死亡、片麻痺、言語障害、記憶障害
腎不全(糖尿病合併症)	91万円	人工透析による定期的通院(週3回4時間程度)
虚血性心疾患(狭心症、心筋梗塞)	17万円	死亡、胸の痛み、息切れ、大きな手術
糖尿病	10万円	人工透析、失明、神経障害、壊死による下肢切断

出典：2019年度 東京土建国保調べ

健康企業宣言® STEP 2、エントリーから認定までの流れ

ステップ	事業主体	東京土建国保
①現状のチェック	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康経営の出発点は「現状のチェック」です</li> <li>このパンフレットのチェックシートを使って採点してみましょう</li> </ul>	
②健康企業宣言にエントリー	<ul style="list-style-type: none"> <li>現状を踏まえ、優先して取り組む健康テーマを決めましょう</li> <li>テーマが決まったら、応募用紙をファックスでお送りください</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>エントリー完了後、国保組合から「宣言の証」をお送りします</li> </ul>
③健康づくりをスタート	<ul style="list-style-type: none"> <li>「宣言の証」を事業所内に提示して、健康づくりの新たな一歩をスタートしましょう</li> <li>事業主様のリーダーシップが成功のカギです</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康テーマにあわせて、国保組合がサポートいたします</li> </ul>
④達成状況チェック	<ul style="list-style-type: none"> <li>「健康企業宣言® STEP 2 実施結果レポート」で、達成状況をチェックしましょう</li> <li>80点以上になるまで、チャレンジを続けましょう</li> <li>クリアしたら、実施結果レポートを東京土建国保組合に郵送しましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「健康企業宣言® STEP 2 実施結果レポート」80点以上で、「金の認定証」をお届けします</li> </ul>

STEP 2 をクリアしたら、労働局の「安全衛生優良企業公表制度※」を目指してチャレンジしましょう

※ [https://anzeninfo.mhlw.go.jp/shindan/shindan\\_index.html](https://anzeninfo.mhlw.go.jp/shindan/shindan_index.html)

従業員の健康は企業の誇り  
活気ある職場は従業員の健康づくりから

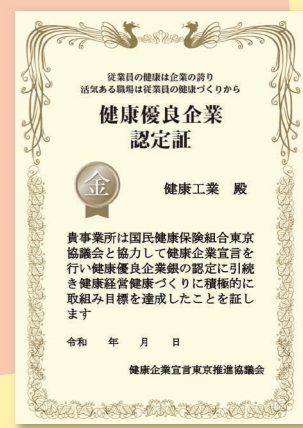
健康企業宣言® STEP 2

健康企業宣言®は、全国健康保険協会の登録商標です。

「健康企業宣言®」STEP 1 で職場の健康づくりの基礎ができました。  
さらに、一歩進めて、安全衛生・健康経営にも取り組みましょう！

健康企業宣言とは？

事業主様のリーダーシップのもとに、従業員の皆様とともに健康づくりにお取り組みいただき、STEP 2 のチェック項目を80点以上でクリアすると健康優良企業として「金の認定証」を贈呈いたします。



社員が健康でないと、企業も実力を発揮できません。  
社員の健康管理・安全管理は、企業のリスク管理でもあります。  
企業の健康づくりを進めることで、リスク低減が期待できます。

健康経営®とは？

事業主が従業員の健康づくりを積極的にサポートし、従業員が健康で元気に働く職場を作る経営スタイルです。

経営面でのメリット

<p>生産性の向上 モチベーションと業務効率の向上</p>	<p>負担の軽減 疾病手当の支払い減少や国民健康保険料負担の抑制</p>	<p>イメージアップ 対内的・対外的イメージの向上</p>	<p>リスクマネジメント 事故・不祥事の予防 労災事故の防止</p>
-----------------------------------	--	-----------------------------------	--

企業価値の向上

健康経営®は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

健康企業宣言の取り組みは「健康経営アドバイザー制度(東京商工会議所)」と連携しています。

まずはチェックしてみましょう

# 健康企業宣言<sup>®</sup> STEP 2

## チェックシート

質問を読んで、くできている・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	概ね	できて	アドバイス	東京土建国保のサポート
		いる	でき	ない		
		(点)	(点)	(点)		
健診・重症化予防	① 健診対象者（家族を除く）受診率	5	3	0	つい受診を忘れてしまう人がいます。従業員全員が受診できるよう声掛けをしていますか？	<ul style="list-style-type: none"> <li>「東京土建健診」は事業所健診としてもご利用いただけます（組合員は全員）。</li> <li>自己負担はありません。</li> </ul>
	② 健診の有所見率の改善	5	3	0	過去の結果との比較をするなど結果を正しく把握し、必要な対応が取れるよう、健康教育を行きましょう。また、従業員が健康相談を受けられる相談窓口を設けましょう。	<ul style="list-style-type: none"> <li>職場での健康課題、健診結果の「見える化」のため、健診結果をご提供いただいている事業所には「健康企業レポート」<sup>*1</sup>を提供します。</li> </ul>
	③ 特定保健指導の実施率	5	3	0	特定保健指導の該当者が業務時間中に特定保健指導を受けられるよう、職場での体制を整えてください。	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健師・管理栄養士などが生活習慣改善を3カ月以上「無料」でサポートします。</li> </ul>
	④ 家族（40歳以上の国保加入者）の特定健診受診率 ※該当者がいない事業所は当該項目は取り組み対象外	10	5	0	従業員の健康は家族が健康であってこそ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>東京土建国保に加入する19歳以上のご家族は東京土建健診をご利用いただけます。</li> <li>自己負担はありません。</li> </ul>
健康管理・安全衛生 活動の取り組み	⑤ 治療中の従業員に対する支援体制	10	5	0	治療の継続は負担がかかるもの。自己判断で治療を中断し重症化してしまうケースや、受診せず悪化するケースがあります。持病がある従業員が治療しながら仕事を続けられるよう、体制を整えていますか？ 時間単位の有給休暇制度や短時間勤務制度の導入などの仕組みづくりを進めましょう。	<ul style="list-style-type: none"> <li>健診結果から、要治療と判定された未受診者の従業員に対し、高血圧・糖尿病・慢性腎臓病（CKD）重症化予防と大腸がんの早期発見のために、受診勧奨を実施しています。</li> </ul>
メンタルヘルス対策	⑥ メンタルヘルス対策に関する計画書の策定と情報共有	5	3	0	医師などの専門職からの支援、外部サービス機関等を活用して、メンタルヘルス対策に関する計画を策定し実施して、取り組みをPDCAサイクルで行いましょう。 産業医の設置義務のない中小の事業所にも産業保健支援センターの支援が受けられます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>産業保健支援センターの情報提供を受けることができます。</li> </ul>
	⑦ ストレスチェックの取り組み状況	5	3	0	労働安全衛生法に基づくストレスチェックを行い、その結果に基づき職場の集団分析と職場改善を行いましょ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>ストレスチェックの実施方法について情報提供を受けることができます。</li> <li>産業保健支援センターの情報提供を受けることができます。</li> </ul>
	⑧ メンタルヘルスケアの取り組み	5	3	0	相談できる社内社外の窓口を確保し従業員に周知、活用していますか？管理者を含む従業員に、メンタルヘルスに関する情報提供、教育研修を行いましょ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>産業保健支援センターの情報提供を受けることができます。</li> <li>こころとカラダの健康サポート24（けんさぼ24）のメンタルヘルスカウンセリングサービスを利用できます。<a href="https://consult.t-pec.co.jp/service/201099">https://consult.t-pec.co.jp/service/201099</a></li> </ul>
	⑨ メンタルヘルス不調者への対応方針、休職後の職場復帰等の支援体制	5	3	0	不調を訴える従業員に対して、専門医への連携を確保しましょう。メンタルヘルス不調により休職した従業員に対する職場復帰支援プログラムを策定しましょ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>厚生労働省「心の問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き」を参考にしましょ。</li> </ul>

\*1 従業員数、健診受診者数等によりご提供できない場合があります

## 今すぐ、職場の状態をチェックしてみましょう！

取組分野	質問	できて	概ね	できて	アドバイス	東京土建国保のサポート
		いる	でき	ない		
		(点)	(点)	(点)		
過重労働防止	⑩ 過重労働防止対策に関する計画と情報共有	5	3	0	時間外労働削減に向けた取り組みの計画を策定、実施して、取り組み状況を従業員に周知しましょ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○産業保健支援センターの情報提供を受けることができます。 厚生労働省 HP 職場の安全サイト 「安全衛生優良企業公表制度」 <a href="http://anzeninfo.mhiw.go.jp/shindan/shindan_index.html">http://anzeninfo.mhiw.go.jp/shindan/shindan_index.html</a></li> </ul>
	⑪ 時間外・休日労働時間に対する管理体制	5	3	0	管理者が従業員の労働時間を把握して、一定基準以上の勤務時間の従業員について業務軽減方を検討する取り組みを行いましょ。	
	⑫ 月の時間外・休日労働時間が80時間を超える従業員に対する支援体制	5	3	0	従業員自らが時間外労働時間を把握できる仕組みがあり、80時間を超えた従業員に直接、医師への面接指導が案内できる取り組みや工夫をしましょ。	
	⑬ 年次有給休暇の取得促進	10	5	0	年次有給休暇の取得促進のため、計画的付与制度などの具体的なルールを設けて、実施しましょ。	
感染症予防対策	⑭ 従業員の感染症予防対策	5	3	0	従業員の感染症予防や感染者対策に関する環境を整えることで、欠勤、病休等を予防できます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>予防接種に要する時間の出勤認定、感染者の出勤停止、感染症予防や感染拡大防止に向けた取り組みを実施しましょ。</li> <li>東京都感染症情報センターホームページ <a href="http://ids.tokyo-eikan.go.jp">http://ids.tokyo-eikan.go.jp</a></li> </ul>
健康経営に関する取り組み	⑮ 経営者による健康経営・健康企業宣言の社内外への発信及び経営者の健診受診状況	5	3	0	従業員の健康を経営課題としてとらえて取り組むためには、経営理念として健康経営を位置付けて、企業として健康経営に取り組むというメッセージを出すことが重要です。 また、設定した経営理念に基づいて、具体的に何をどのように実践していくのか、方針を立てて、社内で情報共有しましょ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>チェックシートを活用して見つけた課題の解決に向けて、具体的な解決方法・方針を明文化して、社内で情報共有しましょ。</li> </ul>
	⑯ 従業員の健康の保持・増進に関する計画策定及び策定した計画に基づく実施	10	5	0	医師などの専門職からの支援、外部サービス機関等を活用して、従業員の健康の保持増進、安全衛生活動に積極的に取り組むために、計画を策定し、教育プログラムを実施しましょ。また、計画等に基づいてPDCAサイクルで行い、改善を図りましょ。 「健康企業宣言」に基づく実施事項を確実に実施しましょ。 また、従業員と情報を共有して、反映させるため積極的に支援しましょ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>産業医の設置義務のない中小の事業所にも産業保健支援センターの支援が受けられます。</li> <li>産業保健支援センターの情報提供を受けることができます。</li> <li>厚生労働省の安全プロジェクトに参加するなど、取り組みを見える化しましょ。</li> <li>東京土建国保では保健師・管理栄養士による健康教室を行っています。</li> </ul>

合計点数

点 / 100点

達成基準：合計点数 80点以上

注) 項目④で該当者がいない事業所は、当該項目は取り組み対象外となり、達成基準は合計点数 72点以上となります。

合計点数を書いてみましょう。

チェックシートの結果をもとに、取り組む分野を決めましょ。

エントリーの流れは  
次のページで