

とちぎ健康経営宣言 の取組項目一覧

健診受診・特定保健指導（必須項目）

- 被保険者（40歳以上）の健診を100%とします
例. 会社で健診予約および就業時間内に受診できるよう日程調整等。
- 被保険者の特定保健指導の実施率を前年度以上とします
例. 保健指導を受ける場所や時間、環境の確保。従業員の保健指導の管理（予約を会社が行う）等。

職場の健康づくり事業 ①

（下記項目のうち、最低2つはチェックしてください）

- 健診結果を活用します
例. 健診結果から自社の健康課題を把握および改善に向けた具体的計画の策定等。
- 健康づくりのための環境を整えます
例. 社内掲示板に健康情報を掲載。休暇取得状況や超過勤務時間を可視化等。
- 「運動」について取り組みます
例. 職場体操（元気ニコニコ体操）の実施。ウォーキング・階段利用の推奨等。
- 「食事」について取り組みます
例. 仕出し弁当や自動販売機のメニューを改善。栄養成分やカロリーの掲示等。
- 「禁煙」対策について取り組みます
例. 敷地内禁煙。屋内禁煙等。
- 「心の健康（メンタルヘルス）」について取り組みます
例. ストレスチェックを実施し、メンタル不調者のない職場づくり。
社内相談者や外部相談窓口の設置と周知等。

職場の健康づくり事業 ②

（下記項目のうち、最低1つはチェックしてください）

- 「長時間労働対策」に取り組みます
例. 有給休暇取得目標の設定。定時退社日の設定等。
- 「コミュニケーションの促進」について取り組みます
例. 会社主催のオンラインで、従業員が交流できる機会の設定等。
- 「感染症予防」について取り組みます
例. アルコール消毒液の設置やマスクの配布。ワクチン接種が就業時間内に接種できよう日程調整等。
- 「病気の治療と仕事の両立支援」について取り組みます
例. 年次休暇と別に傷病（病気）休暇制度の導入。社内における相談者の配置等。
- 「女性の健康保持・増進」に向けて取り組みます
例. 妊娠中の女性に対する業務上の配慮。婦人科検診を受けやすい環境の整備等。