

ACTIONセミナー

協会けんぽ広島支部の取組みとサポート ～ひろしま企業健康宣言について～

令和5年9月8日

全国健康保険協会広島支部 企画総務グループ
グループ長補佐 尾田 慎一



ひろしま企業健康宣言
健康づくり優良事業所



全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

- 健康経営のメリット
- ひろしま企業健康宣言について
- 健康経営優良法人のサポートについて
- データで見る健康経営の効果

従業員への健康投資こそが会社成長の**カギ**です！

組織の活性化

- コミュニケーション活性化
- モチベーション向上
- 業務効率化の向上
- 欠勤率の低下

業績の向上

- 生産性・収益性の向上
- 企業競争力の向上
- 事故防止、リスク管理

健康経営

- 求人の応募者増加
- 学生の注目度向上
- 定着率の向上
- 離職率の低下

人材の確保・定着

- 企業イメージ・ブランドカアップ
- 社会的信用の向上
- 従業員の創造性の向上

企業価値の向上

協会けんぽ 広島支部
マスコットキャラクター
健康 いろは



協会けんぽ 広島支部
マスコットキャラクター
健康 かえで



ひろしま企業健康宣言について

■ひろしま企業健康宣言について

「健康経営」を普及促進するために、「**ひろしま企業健康宣言**」を実施。事業主が従業員の健康づくりに取り組むことを社内外に宣言していただき、会社全体で「**健康経営**」をスタートする事業として実施するもの。

●健康宣言（6項目）

- ① 経営者自身が率先し、健康づくりに取り組みます
- ② 健康づくり担当者を設置します
- ③ 従業員の健康課題を把握し、改善に努めます
- ④ 協会けんぽと連携し、健康づくりの好循環の定着を図ります

- ・ 定期健診の受診率はやむを得ない場合を除き100%を目指します
- ・ 特定保健指導の実施率は35%以上を目指します
- ・ 要治療者に対する医療機関への早期受診勧奨により、重症化予防に努めます

- ⑤ 労働基準法、労働安全衛生法などの法令を遵守します
- ⑥ 健康づくりに向けて次の取り組みを実施します

（選択項目）

- 食生活の改善
- 運動機会の増進
- 受動喫煙対策
- 感染症予防対策
- 過重労働対策
- メンタルヘルス対策

見本

ひろしま企業健康宣言証

事業所名 株式会社 ●●●●

当事業所は、従業員が心身ともに健康で働き続けることができる会社を目指し、以下の①～⑥を宣言します。


- ① 経営者自身が率先し、健康づくりに取り組みます
- ② 健康づくり担当者を設置します
- ③ 従業員の健康課題を把握し、改善に努めます
- ④ 協会けんぽと連携し、健康づくりの発展を図ります
- ⑤ 労働基準法、労働安全衛生法などの法令を遵守します
- ⑥ 健康づくりに向けて次の取り組みを実施します

・保健指導 ・食生活の改善 ・運動機会の増進 ・受動喫煙対策
・感染症予防対策 ・過重労働対策 ・メンタルヘルス対策 ・その他

貴事業所は以上のとおり、健康宣言をしたことを証します。

第 ●● 号 令和●年●月●日

全国健康保険協会広島支部
支部長 神 田 和 幸

 全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

《宣言証（見本）》

ひろしま企業健康宣言エントリー事業所

●ひろしま企業健康宣言エントリー事業所の推移

平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
325社	605社	1,010社	1,452社	2,002社	3,069社	4,015社

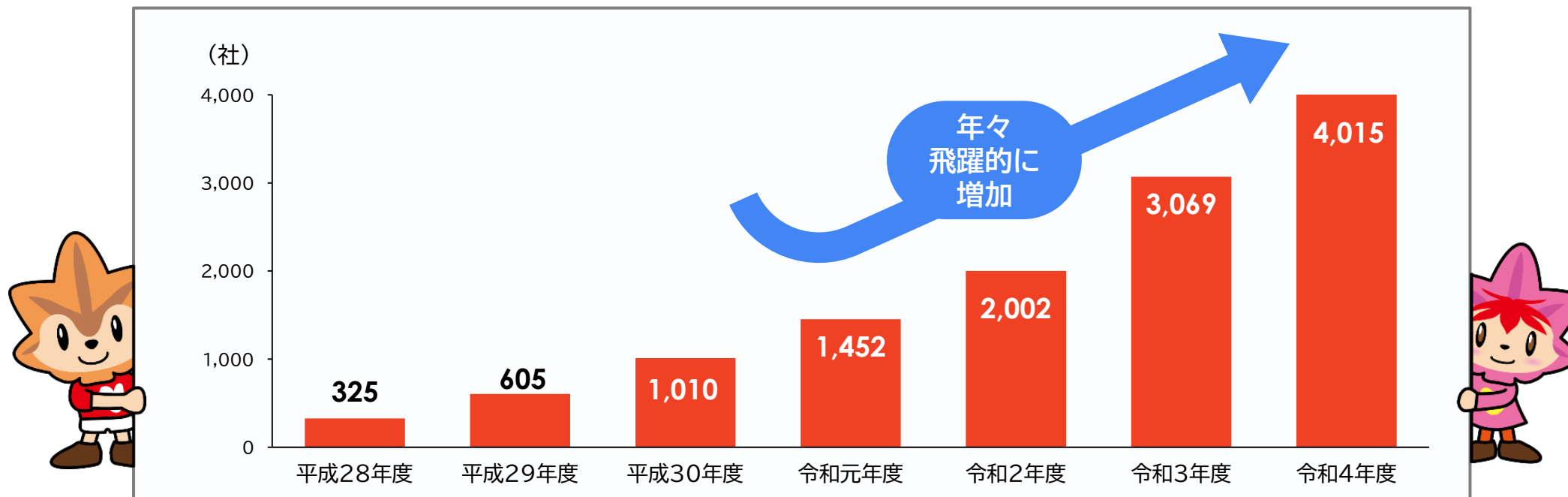
(増加数) (+280社) (+405社) (+442社) (+550社) (+1,067社) (+946社)

令和5年7月

4,146社

**4,000社
突破**

《ひろしま企業健康宣言エントリー事業所数の推移》



健康宣言エントリーから認定までの流れ

健康宣言から認定までの流れ

エントリーシートを
FAXで提出するだけ

① ひろしま企業健康宣言にエントリー

- 「宣言証」を発行 ⇒ 社内に掲示、会社のホームページに掲載しPR
- 広島支部のホームページに健康宣言事業所一覧を掲載

② 自社の「健康課題」を把握し、健康経営をスタート

- 「ヘルスケア通信簿」を活用
- 「チェックシート（自己採点用）」から自社の取組状況を把握

③ 毎年、チェックシートにより、取組みを振り返り（5月頃送付） 協会けんぽ広島支部で「健康づくり優良事業所」として認定（8月）

- 「健康づくり優良事業所 認定証」を発行
- 広島支部のホームページに健康づくり優良事業所の一覧を掲載

④ 「健康経営優良法人認定制度」（経済産業省）の申請へ （8月下旬～10月下旬）

- 従業員の健康づくりに積極的な優良企業であることを全国にアピール
- ①の「健康宣言」のエントリーは必須
- （③の健康づくり優良事業所の認定を受けていなくても申請は可能）

ひろしま企業健康宣言証 見本

事業所名 株式会社 ●●●●

当事業所は、従業員が心身ともに健康で働き続けることができる会社を目指し、以下の①～⑥を宣言します。

- ① 経営者自身が率先し、健康づくりに取り組みます
- ② 健康づくり担当者を設置します
- ③ 従業員の健康課題を把握し、改善に努めます
- ④ 協会けんぽと連携し、健康づくりの発展を図ります
- ⑤ 労働基準法、労働安全衛生法などの法令を遵守します
- ⑥ 健康づくりに向けて次の取り組みを実施します
・保健指導 ・食生活の改善 ・運動機会の増進 ・労働環境対策
・感染症予防対策 ・過重労働対策 ・メンタルヘルス対策 ・その他

貴事業所は以上のとおり、健康宣言をしたことを証します。

第 ●●● 号 令和●●年●●月●●日

全国健康保険協会広島支部

支部長 神田 和彦

全国健康保険協会 広島支部



ひろしま企業健康宣言
健康づくり優良事業所

ひろしま企業健康宣言 健康づくり優良事業所認定

■ひろしま企業健康宣言 健康づくり優良事業所 認定（協会けんぽ広島支部 独自制度）

毎年、5月頃に送付する「チェックシート（振り返り用）」にて、前年度の取組状況を振り返り、認定基準を充足した事業所を「健康づくり優良事業所」として「認定証」を送付（8月認定）。

●健康づくり優良事業所 認定数

種別	令和3年度	令和4年度	令和5年度
認定	771社	1,436社	1,752社
対象	(1,560社)	(3,056社)	(4,004社)

※追加認定の予定あり

●健康づくり優良事業所 認定状況（令和5年度）

認定の表示（★の表示）	点数	認定事業所数
★★★★★（ゴールド）	90点以上	661社
★★★★（シルバー）	75点以上90点未満	722社
★★★（ブロンズ）	60点以上75点未満	369社
	合計	1,752社



ひろしま企業健康宣言
健康づくり優良事業所



ひろしま企業健康宣言
健康づくり優良事業所



ひろしま企業健康宣言
健康づくり優良事業所



《認定証》

チェックシート（振り返り用）の取組状況

職場における健康づくりの課題は「喫煙率を下げる取組み」

令和5年度ひろしま企業健康宣言 チェックシート（振り返り用）の取組内容を確認したところ、「健康づくり担当者の設置」や「経営者自身の健診受診」等、9割以上の事業所が実践している項目がある一方、「喫煙率を下げる取組み」や「健康課題の把握」の項目については、3割以上の事業所が取組みを実践できていないと回答しています。

○実践できている事業所の割合が多い

1位	健康づくり担当者の設置
2位	経営者自身の健診受診
3位	労働基準監督署からの指導や是正勧告なし
4位	感染症予防の取組み
5位	受動喫煙防止策の実施

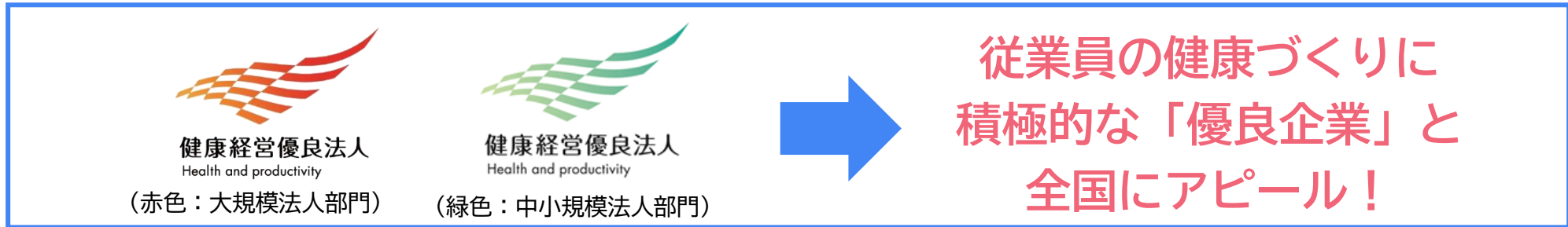
×実践できていない事業所の割合が多い

1位	ストレスチェックの実施
2位	家族の健診の受診勧奨
3位	従業員の喫煙率を下げる取組み
4位	自社の健康課題の把握
5位	メンタルヘルス対策

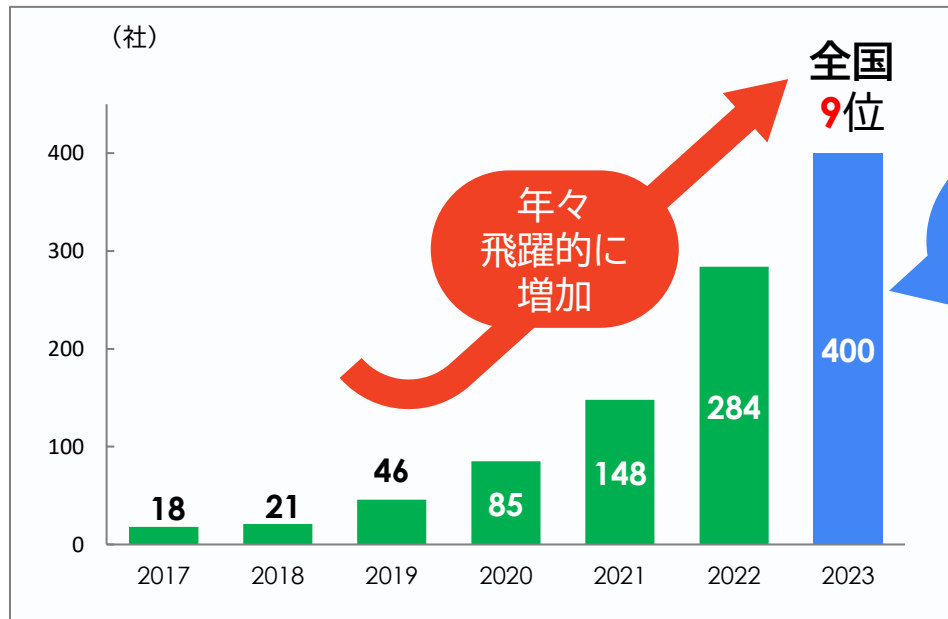
健康経営優良法人について

健康経営優良法人の認定状況と事業所サポート

経済産業省と日本健康会議では、特に優良な健康経営を実践している企業を顕彰する制度「健康経営優良法人認定制度」を実施。大規模法人部門（上位法人には「ホワイト500」）、中小規模法人部門（上位法人には「ブライト500」）の部門別。



● 広島県の中小規模法人部門の認定状況 (令和5年3月8日現在)



● 健康経営優良法人 サポートブック2024 (中小規模法人部門)

- ・ひろしま企業健康宣言
事業所に配付、
ホームページに掲載中
- ・解説動画を
YouTube掲載予定。

～協会けんぽ広島支部加入企業の事業主の皆様へ～

この1冊で「健康経営優良法人」の申請方法がわかる！

健康経営優良法人 サポートブック2024

(中小規模法人部門)

ひろしま企業健康宣言
事業所様は必見です！
健康経営の更なる
ステップアップへ

健康経営優良法人2024を
わかりやすく
まとめました！

健康
かえり

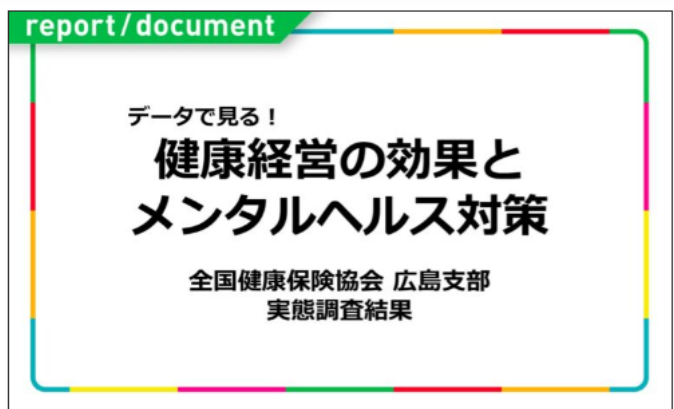
健康
かえり

「健康経営優良法人認定」に申請する場合、
「ひろしま企業健康宣言」へのエントリーが必要です！

全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ (2023.8)

健康経営優良法人について

協会けんぽ広島支部オリジナル作成の「健康経営優良法人サポートブック」と「データで見る健康経営の効果とメンタルヘルス対策」が「ACTION！健康経営」ポータルサイト（日本経済新聞社）にて、紹介されています！



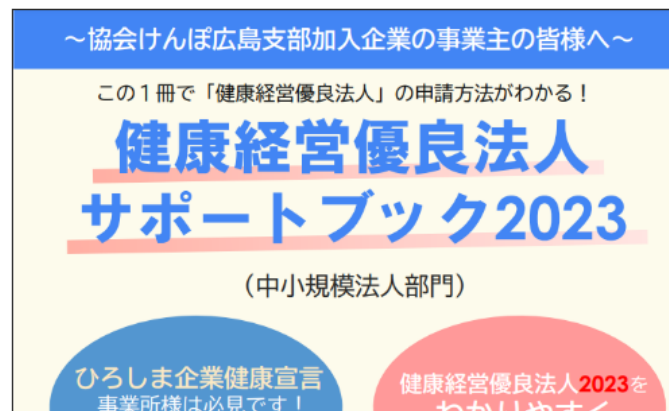
2023.07.26

【紹介】健康経営の効果とメンタルヘルス対策

全国健康保険協会広島支部では、令和4年度健康経営の取組課題としてのメンタルヘルス対策に関する事業所実態調査を実施し、分析結果を発表しました。是非ご参考ください。

事例・レポート DLツール・資料

MORE >



2022.09.29

【紹介】協会けんぽ広島支部健康経営優良法人サポートブック

協会けんぽ広島支部では、今年度の認定申請（中小規模法人部門）に大変役立つ冊子を公開中。他都道府県企業の皆さまも、PDFデータをダウンロードしてご覧いただけます。

中小規模法人部門 DLツール・資料

MORE >

※画像は「ACTION！健康経営」ポータルサイト（日本経済新聞社）から抜粋

健康経営優良法人2024（中小規模法人部門）の認定要件

中小規模法人部門の評価項目から、「自社の取組状況」を確認してみましょう。

大項目	中項目	小項目	評価項目	設問
1. 経営理念・方針			健康宣言の社内外への発信及び経営者自身の健診受診	Q6&Q7
			健康づくり担当者の設置	Q8
2. 組織体制			(求めに応じて) 40歳以上の従業員の健診データの提供	Q9
			健康課題に基づいた具体的な目標の設定	Q10
3. 制度・施策実行	(1) 従業員の健康課題の把握と必要な対策の検討	健康課題の把握	健康経営の具体的な推進計画	Q10
			①従業員の健康診断の実施(受診率実質100%)	Q11
			②受診勧奨の取り組み	Q12①or Q12②
		③50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施	Q13	
	(2) 健康経営の実践に向けた土台づくり	ヘルスリテラシーの向上	④管理職または従業員に対する教育機会の設定	Q14or Q15
		ワークライフバランスの推進	⑤適切な働き方実現に向けた取り組み	Q16
		職場の活性化	⑥コミュニケーションの促進に向けた取り組み	Q17
		仕事と治療の両立支援	⑦私病等に関する復職・両立支援の取り組み(⑬以外)	Q18
	(3) 従業員の心と身体の健康づくりに関する具体的な対策	具体的な健康保持・増進施策	⑧保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取り組み	Q19or Q20
			⑨食生活の改善に向けた取り組み	Q21
⑩運動機会の増進に向けた取り組み			Q22	
⑪女性の健康保持・増進に向けた取り組み			Q23	
⑫長時間労働者への対応に関する取り組み			Q24	
		⑬メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組み	Q25	
感染症予防対策		⑭感染症予防に関する取り組み	Q26	
喫煙対策		⑮喫煙率低下に向けた取り組み	Q27	
	受動喫煙対策に関する取り組み	Q28		
4. 評価・改善			健康経営の取り組みに対する評価・改善	Q29
5. 法令遵守・リスクマネジメント			定期健診を実施していること、50人以上の事業場においてストレスチェックを実施していること、労働基準法または労働安全衛生法に係る違反により送検されていないこと、等	誓約事項

「適合項目数」「自社からの発信状況」「外部からの依頼による発信状況」「健康経営のPDCAに関する取り組み状況」「経営者・従業員の関与の度合い」を評価し、上位法人が「**ブライイト500**」として認定されます。

認定要件確認のため、実施している取組みに「○」をつけましょう。

取組例	○×	認定要件
・「ひろしま企業健康宣言」にエントリーし、健康宣言に取り組むことを社内外に発信 ・経営者自身が年に1回、健康診断を受診		必須
・すべての事業場に健康経営を推進する「健康づくり担当者」を設置 ・協会けんぽの「健康保険委員」に登録		必須
・40歳以上の従業員が協会けんぽの「生活習慣病予防健診」を受診 ・定期健診を実施の場合は「事業者健診結果データ提供同意書」を協会けんぽに提出		必須
・「ハルスケア通信簿」等から自社の健康課題を把握し、その課題に対して具体的な計画や数値目標を設定し、責任担当者や目標期限・スケジュールを定めている		必須
・従業員の定期健診の受診率が95%以上(やむを得ない場合を除く) ・健診を受けていない従業員に対して、早期の健診受診を個別に促す		左記①～③のうち2項目以上
・定期健診の結果、再検査や精密検査が必要とされた従業員に対する受診勧奨 ・がん検診(生活習慣病予防健診含む)の受診勧奨		左記④～⑦のうち1項目以上
・労働安全衛生法に定められたストレスチェックを実施している(50人以上の事業場の場合は必須です)		
・健康をテーマとした研修会の参加 ・協会けんぽ広島支部の「健康づくり講座」を利用 ・社内報やメールで健康をテーマとした情報を定期的(1か月に1回)に従業員に提供		左記⑧～⑮のうち4項目以上
・定時消灯日・定時退勤日(ノー残業デー等)の設定 ・年次有給休暇取得の促進 ・個々の従業員のワークライフバランス実現に合わせた勤務制度の導入		
・職場の活性化のイベントを会社主体で実施(例:社員旅行や家族交流会・昼食会等) ・就業時間中のコミュニケーション時間の確保や会話スペースなどの職場環境の整備		必須
・休業期間中や復職後における相談窓口の設置や支援体制の構築 ・治療に配慮した休暇制度や勤務制度の整備(例:病気休暇、時差出勤、在宅勤務等)		
・協会けんぽの「特定保健指導」を利用 ・特定保健指導を受けるために勤務シフトの時間調整や実施場所を提供		必須
・社員食堂や仕出弁当で健康に配慮した食事の提供 ・健康に配慮した飲料の提供 ・食生活改善に向けたアプリ提供、カロリー記録等のサポート		
・職場においてラジオ体操やストレッチなどを実施 ・徒歩通勤や自転車通勤の推奨 ・スポーツイベントの開催や参加補助を行っている		必須
・婦人科健診・検診の費用を会社負担 ・女性専用の健康相談窓口を設置し社内で周知 ・協会けんぽの子宮頸がん・乳がん検診(生活習慣病予防健診)の利用促進		
・長時間労働者に対して、産業医や人事労務担当者による面談を実施 ・本人の業務負担の見直し、勤務時間の制限を行うなどの配慮		必須
・メンタルヘルス相談窓口を設置し従業員へ周知 ・従業員への定期的な面談・声掛け ・メンタルヘルス不調者の復帰に向けた支援体制を整備		
・予防接種時間の出勤認定、実施場所の提供、費用の補助を実施 ・事業場における感染症予防の環境整備 ・感染拡大時の事業継続計画を策定		必須
・たばこの健康影響についての研修の実施 ・禁煙外来の受診費用の補助 ・禁煙達成者に対する表彰やインセンティブの付与		
・従業員の受動喫煙防止に向け、敷地内禁煙、屋外喫煙所の設置(屋内全面禁煙)、喫煙室の設置(空間分煙)のいずれかを実施		必須
・受診率や参加率、満足度などの社内指標を定めて、健康経営の取組みを実施後、目標や計画の改善検証		必須
・定期健診や生活習慣病予防健診の受診 ・50人以上の事業場において、ストレスチェックを実施 ・労働基準法、労働安全衛生法など従業員の健康管理に関する法令違反や送検がない ・長時間労働等労働基準監督署からは是正指導又は是正勧告を受けていない など		必須

必須項目は必ず取組む必要があります。
①～⑮は認定要件を満たすように取組む必要があります。

ブライイト500は左記①～⑮のうち13項目以上

健康経営優良法人 サポートブック2024 (中小規模法人部門)

7～8ページ

← 認定要件

★Q6.健康宣言を実施していますか

- 1 申請日時点で加入している保険者が実施する健康宣言事業に参加している
- 2 2022年4月1日以降に加入保険者の変更があり、以前の加入保険者が実施する健康宣言事業に参加している
- 3 (保険者が健康宣言事業を実施していない場合)自治体独自の健康宣言事業に参加している
- 4 (保険者および自治体が健康宣言事業を実施していない場合)自社で独自に健康宣言を実施している
- 5 健康宣言を実施していない ⇒健康経営優良法人不認定

「ひろしま企業健康宣言」への登録 ⇒ 「1」
さらに宣言証を使えば発信状況を回答できます！

- 従業員や来訪者が目にする場所に掲示する
- 自社のHP等に公開する
- 自社のFacebook等のSNSを通して発信する
- 加入保険者のHPで公開している

(協会けんぽ広島支部のHPで登録事業所様を公開しています)

見本

ひろしま企業健康宣言証

事業所名 株式会社 ●●●●

当事業所は、従業員が心身ともに健康で働き続けることができる会社を目指し、以下の①～⑥を宣言します。

- ① 経営者自身が率先し、健康づくりに取り組みます
- ② 健康づくり担当者を設置します
- ③ 従業員の健康課題を把握し、改善に努めます
- ④ 協会けんぽと連携し、健康づくりの好循環の定着を図ります
- ⑤ 労働基準法、労働安全衛生法などの法令を遵守します
- ⑥ 健康づくりに向けて次の取り組みを実施します
・食生活の改善 ・運動機会の増進 ・受動喫煙対策 ・感染症予防対策
・過重労働対策 ・メンタルヘルス対策 ・その他

貴事業所は以上のお通り、健康宣言をしたことを証します。

第 ●● 号 令和●年●月●日
全国健康保険協会広島支部
支部長 神田 和年

全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

宣言証がない場合は
再交付しています



健康づくり担当者の設置

必須

★Q8.各事業場に健康づくり担当者を設置していますか。

- 1 全ての事業場に健康づくり担当者を設置している
- 2 健康づくり担当者を設置していない事業場がある ⇒健康経営優良法人不認定

全ての事業場で1人以上

協会けんぽの「健康保険委員」にご登録ください！

健康保険委員の方は、以下の役割を担っています。

- 定期健康診断や保健指導の予約、従業員への周知等
- 特定健診・特定保健指導の実施に関する保険者との連絡窓口

※資格の有無は評価に影響しません。

健康保険委員の条件

- ・協会けんぽ広島支部の被保険者であること

協会けんぽ広島支部に
「健康保険委員登録届」を
ご提出ください

協会けんぽ 広島支部からの
お知らせ

健康保険委員(健康保険のご担当者様)未登録の
事業所様におかれましては、1事業所に1名以上
ご登録ください ※工場・営業所ごとに複数名の登録も可能です。

広島支部では、協会けんぽのサービスや健康保険制度を
有効にご活用いただくために、事業主様や健康保険事務
担当者様に健康保険委員の登録をお願いしております。

登録により
ご負担が増えることはありません。
定期的にお届けする情報を
業務に役立ててください！

登録方法 下記に必要事項を記入し、
FAXまたは郵送(協会けんぽ広島支部宛)でご提出をお願いします。
※提出先は年金事務所ではございません。

無料で登録
年会費不要

FAX番号 082-568-1130 郵送の場合 〒732-8512
広島市東区光町1-10-19 日本生命広島光町ビル2F
全国健康保険協会 広島支部

郵便番号 (社印の押印可)
事業所所在地
事業所名称
電話番号
メールアドレス (業務用・個人用) (どちらでも可能) @
登録者名 (被保険者の方) 姓 名 生年月日 昭和 平成 年 月 日
登録者 保険証の記号・番号 (数字) (数字)

健康保険委員の特典 今なら! 事務に役立つテキストを進呈

- 健康保険委員の専門誌「健康保険委員だより」を無料でお届け(年2回)
- 健康保険委員向けの研修会にご招待(参加無料)
- 健康保険委員向けのメルマガ「健康プラス」を配信(年4回)
- 活動内容に応じて表彰制度あり

協会けんぽGUIDE BOOK 健康保険給付や健診などに関するすべての内容がこの1冊に!

協会けんぽGUIDE BOOK 健康保険制度・申請書の書き方 申請書の記入をサポート! 1月からの新様式に対応!

(求めに応じて)40歳以上の従業員の健診データの提供

必須

★Q9.加入している保険者に対して、40歳以上の従業員の健康診断のデータを提供していますか。

- 1 厚生労働省の推奨(※)するXML形式のフォーマットでデータ提供済み
- 2 その他保険者が指定する電子記録(CSV形式等)でデータ提供済み ←
- 3 1または2以外の形式(pdf形式や紙媒体など)でデータ提供済み
- 4 データは未提供だが、提供について保険者へ同意書等を提出している
- 5 40歳以上の従業員がいない
- 6 データの提供について保険者に意思表示をしていない ⇒健康経営優良法人不認定

生活習慣病予防健診
利用の場合は「2」

協会けんぽの生活習慣病予防健診を利用 ⇒ 「2」(CSV形式)

生活習慣病予防健診以外の健診を利用している場合

⇒ 広島支部へ「事業者健診結果データの提供に関する同意書」を提出していることをご確認ください。

同意書

労働安全衛生法(昭和47年法律第57号)第46条の規定に基づき実施した健康診断のうち、40歳以上75歳未満の従業員に対して、全国健康保険協会(協会けんぽ)が指定する特定の健康診断項目の健康データ(※)を、貴事業者の健康経営に活用することを、下記のとおり同意します。

記

1. 全国健康保険協会(以下「協会けんぽ」といふ。)が健診実施機関より健診結果データを取得すること。
2. 健診結果データの取得に際し、協会けんぽは、必要に応じ健診受診者の健康情報被保険者証の取付・取り外しに関する事務を健診実施機関に対して提供できるものとし、協会けんぽが取得する健康データについては、全国健康保険協会(協会けんぽ)が指定する特定の健康診断項目(特定保険診療を含む)・健康相談を受ける時並びに特定の個人が識別されることのない方法で統計・調査研究を実施する場合に限って使用すること。
3. 特段の申し出がない場合については、次年度以降も引き続き本同意書は効力を有すること。

令和 年 月 日	
協 会 名	印
事 業 者 名	印
事業所住所	
担当者名	電話番号
氏名	月
住所	
氏名	月
住所	
氏名	月
住所	

※ 健康診断の結果を基として、7桁または10桁の数字をご記入ください。
※ 協会けんぽの健康データは、匿名で提供いたします。

事業主の皆さまへ

令和5年度(2023年4月~2024年3月)

生活習慣病 予防健診のご案内

自己負担額が
下がりました!

従業員の健康と事業所の将来を守るために、毎年の健診受診は重要です!

気づかぬうちに…
「生活習慣病」

私たちの健康に大きく関係する生活習慣病。その多くは、運動不足、不適切な食生活、喫煙、過度な飲酒等の不適切な生活の積み重ねによってメタボリックシンドロームとなり、これが原因となって引き起こされます。放置することで症状が悪化し、元の健康な状態に戻ることが困難とされています。

レベル0

レベル1

- 身体活動・運動不足
- 不適切な食生活 (エネルギー不足・過剰の摂取)
- 喫煙
- 過度な飲酒
- 過度なストレス

レベル2

- 肥満
- 高血糖
- 高血圧
- 脂質異常

レベル3

- 肥満症(特に内臓脂肪型肥満)
- 糖尿病
- 高血圧症
- 脂質異常症

レベル4

- 虚血性心疾患(心筋梗塞・狭心症等)
- 脳卒中(脳出血・脳梗塞等)
- 糖尿病の合併症(失明・人工透析等)

レベル5

- 半身の麻痺
- 認知症
- 日常生活における支障

メタボリックシンドロームとは?

メタボリックシンドロームとは、お腹まわりに内臓脂肪がたまることで悪玉のホルモンが分泌され、高血圧・高血糖・脂質異常等が起こり、生活習慣病になりやすくなっている状態のことです。

自分の健康レベルの「現在地」を知る、それが健診。
糖尿病などの生活習慣病は、早期には自覚症状がなく、進行しているというケースが少なくありません。健診を受けて、自分自身の健康状態がどのレベルなのかを把握し、生活改善に向けて取り組みましょう!

① 事業主の皆さま! 従業員の皆さまに、健診受診の積極的なお声かけをお願いします。

★Q10. 自社従業員の健康課題を踏まえ、健康経営の具体的な推進計画等を定めていますか。

(a) 課題のテーマ 選択肢一覧

- 1 健康状態にかかわらず全従業員に対する疾病の発生予防
- 2 生活習慣病等の疾病の高リスク者に対する重症化予防
- 3 メンタルヘルス不調等のストレス関連疾患※の発生予防・早期発見・対応(職場環境の改善等)
- 4 従業員の生産性低下防止・事故発生予防(肩こり、腰痛等筋骨格系の症状や、睡眠不足の改善、転倒予防)
- 5 女性特有の健康関連課題への対応、女性の健康保持・増進
- 6 退職後の職場復帰、就業と治療の両立
- 7 労働時間の適正化、ワークライフバランス・生活時間の確保
- 8 従業員間のコミュニケーションの促進
- 9 従業員の感染症予防(インフルエンザ等)
- 10 従業員の喫煙率低下



【例】

(a) 課題のテーマ	2			
(b) 課題の内容	特定保健指導の対象者に実施の案内を行っているが、忙しいことを理由に実施者が増加せず、特定保健指導の実施率が低くなっている。			
(c) 数値目標の内容と期限	どのような数値目標か	特定保健指導の実施率		
		現状値	目標値	単位
		10	50	%
	開始年度	2022年度	達成目標年度	2024年度
(d) 推進計画	健診機関と調整し、定期健康診断と特定保健指導の初回面談を同日に実施できるようにする。2回目の面談実施日については、出勤認定とする。			

(課題の例)

- ・特定保健指導の対象者数
- ・健診結果や問診票を活用した各種リスク割合や喫煙率
- ・有給休暇の取得日数 等

《ヘルスケア通信簿》

ヘルスケア通信簿を活用して
自社の健康課題を見つけましょう！

受診勧奨の取り組み

★Q12.従業員への受診勧奨について、どのような取り組みを行っていますか。

協会けんぽの「生活習慣病予防健診」で「がん検診」を同時受診、さらに健診結果を活用して、医療機関の受診勧奨に取り組みましょう！

「生活習慣病予防健診」の受診案内

- メールや文書等による案内
- 受診時の就業時間認定や有給の特別休暇付与
- 健診費用の補助をする

要再検査・精密検査者への医療機関受診勧奨

- 対象者へ個別に声かけ・面談を行う
- 受診時の就業時間認定や有給の特別休暇付与

生活習慣病予防健診にはがん検診が含まれます！

生活習慣病予防健診とは？

生活習慣病の発症や重症化の予防を目的とした血液検査や尿検査、がん検診等、被保険者(ご本人)に受けていただく健診です。



生活習慣病
予防健診で
調べること

● 血圧測定

▶ 血圧を測り、循環器系の状態を調べます

● 尿検査

▶ 腎臓、尿路の状態や糖尿病等を調べます

● 便潜血反応検査

▶ 大腸からの出血を調べます

● 血液検査

▶ 動脈硬化、肝機能等の状態や糖尿病、痛風等を調べます

● 心電図検査

▶ 不整脈や狭心症等の心臓に関わる病気を調べます

● 胃部レントゲン検査

▶ 食道や胃、十二指腸の状態を調べます

● 胸部レントゲン検査

▶ 肺や気管支の状態を調べます

肺 胃 大腸 子宮 乳房

協会けんぽの生活習慣病予防健診は**5大がん**までカバー！

生活習慣病予防健診のメリット

協会けんぽの「生活習慣病予防健診」は“**料金が安い・内容が充実**”と多くのメリットがあります。

対象者：被保険者 35歳～74歳の方

メリット

1 労働安全衛生法による
定期健康診断の代わりになります！

労働安全衛生法で事業主様に義務付けられている
定期健康診断の検査項目が含まれているため、
「定期健康診断」としてご利用いただけます。

メリット

2 胃・大腸など主な
「がん検診」もセットで充実

法定健診で定められている項目に加えて、国が推
奨するがん検診（胃・大腸・乳・子宮頸がん）も
同時に受診できます。

メリット

3 健診費用を協会けんぽが補助！
約2万円相当の健診（一般健診）について、
協会けんぽが補助します。

おトクなお知らせ！

▶ **自己負担額が軽くなりました**

令和4年度まで

(最高)

7,169円

1,887円

おトクに

令和5年4月から

(最高)

5,282円

※付加健診、乳がん検診、子宮頸がん検診等についても、
自己負担が軽くなりました。

メリット

4 健診結果が自動的に健診機関から
協会けんぽに提供され、
ヘルスケア通信簿に反映されます

生活習慣病予防健診の健診結果（従業員の集計値）が
「ヘルスケア通信簿（事業所カルテ）」に
反映されます。
定期健康診断の場合、協会けんぽへ健診結果データの
提供が必要になります。

管理職または従業員に対する教育機会の設定

- ★Q14.管理職や従業員の健康意識の向上を図るために、健康保持・増進に関する教育をどのように行っていますか。
- ★Q15.全従業員に対し、健康をテーマとした情報提供および周知を行っていますか。

あなたの事業所に伺います！

令和5年度

先着 限定 180社 無料

健康づくり講座

のご案内

従業員の健康づくりって何をしたらいいの？
そんなお悩みを持つ事業所様、
協会けんぽ広島支部の「健康づくり講座」を
ぜひご利用ください！

健康づくり講座
好評です！

やや満足 19%
受講者の満足度
満足 80%

生活習慣病予防 禁煙
メンタルヘルス 運動
女性の健康課題

実施方法 事業所への訪問 または
オンラインでの実施
※タブレット等の貸し出しはございません。

対象者 ひろしま企業健康宣言
エントリー事業所の加入者
※参加者が5名未満の場合、実施方法は
原則オンラインでの実施となります。

開催可能日時 平日 9～17時（時間：60分程度）
※ご希望に添えない場合がございます。
あらかじめご了承ください。

申込期限 実施希望日の1か月前まで

実施期間 令和6年3月29日まで

お申し込みは裏面をご覧ください

全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

お問合せ
〒732-8512 広島市東区光町1-10-19 日本生命広島光町ビル2F
TEL 082-568-1014(企画総務グループ)

- 教育** ・ 健康づくり講座（職場に講師を派遣・オンライン実施）
- 情報提供** ・ ひろしま企業健康宣言通信「い・ろ・か」
・ 協会けんぽ広島支部メールマガジン

（健康づくり講座の例）

- ・生活習慣病予防 ・メンタルヘルス ・運動(ヨガ・ストレッチ、肩こり・腰痛予防)
- ・女性の健康課題 ・禁煙

講座の内容によっては、以下の項目にも該当します。

- ・「3-3-4. 女性の健康保持・増進に向けた取り組み」
- ・「3-3-8. 喫煙率低下に向けた取り組み」



保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取り組み

★Q19. 保険者による特定保健指導の実施を促すために事業主側としてどのような取り組みを行っていますか。

プロのサポートで健康づくり！
被保険者の皆さまへ

特定保健指導を無料！ ご利用ください

生活習慣を改善したい方は、
事業所の担当者様に特定保健指導を利用したい旨をお伝えください。

健診を受けた後の行動こそが大切です！

運動不足や不適切な食生活、喫煙等が積み重なり、おまわりに内臓脂肪がたまることで悪玉のホルモンが分泌され、高血圧・高血糖・脂質異常等が起こり、**生活習慣病になりやすくなっている状態のことをメタボリックシンドローム**と言います。この状態を放置していると、動脈硬化等が急速に進み、脳血管疾患や心疾患等の重大な病気になる危険度が高くなります。**それぞれの重で治療したとしても、内臓脂肪の蓄積がある限り、根本的な解決にはなりません。**特定保健指導を受けて、生活習慣を見直し、適度な運動やバランスの良い食事、喫煙等に取組むことが重要です。

特定保健指導とは

健診を受けた結果、メタボリックシンドロームのリスクのある40～74歳までの方を対象に行う健康サポートです。健康に関するセルフケア(自己管理)ができるように、健康づくりの専門家である保健師または管理栄養士が寄り添ってサポートします。

特定保健指導の対象者 健診を受けた40歳以上の方のうち…

腹囲 男性 85cm以上 | 女性 90cm以上
または BMI 25以上 の方を抽出

さらに以下の追加リスクが1つでもあれば、**特定保健指導対象者に該当**

血圧 血糖 脂質 + 喫煙

※喫煙については、血圧、血糖、脂質のリスクが1つ以上の場合にのみ追加。

特定保健指導の内容

特定保健指導ではあなたの健康に向けた目標と行動計画をサポートします！
特定保健指導をきっかけに健康や生活習慣を見直す機会となっています。

お勤め先へ訪問します！
お気持ちに相談ください
(オンラインでも可)

STEP 1
目標と行動計画の設定

● 20～30分の初回面談
・ライフスタイルや体の状態に合わせて、運動や食事、喫煙、飲酒等の生活習慣の改善に向けた取組を個別具体的に提案。
健康に向けた目標と行動計画を一人一人に寄り添って考えます。

STEP 2
3～6か月チャレンジ

● 行動計画の実践
・STEP1で考えた具体的な行動計画を実践。保健師または管理栄養士等が応援します。

STEP 3
GOAL!

● 目標達成度のチェック
減量等、目標を達成できたかの確認を行うとともに、引き続きの健康づくりについての取組をアドバイスします。

- ・協会けんぽの特定保健指導(無料)を利用する
- ・特定保健指導が事業場で受けられる体制を整える

- 対象の従業員に特定保健指導の受診を促す
- 特定保健指導実施時間の就業時間認定や有給の特別休暇付与を行う
- 社内で実施場所(会議室など)を提供する
- 管理職に対して特定保健指導の重要性を伝え、業務上の配慮をするよう指導を行っている
- 事業場からオンラインで受けられるようにする

「特定保健指導」に該当した…健康を手に入れるチャンスです！

将来的に大きな病気を発症するリスクを減らすプログラム…それが「**特定保健指導**」です。健診結果から、生活習慣病発症の危険度が高いと判断された方に、**保健師や管理栄養士がサポート**（健康相談やアドバイス）します。



健康サポートが“**無料**”で受けられます！

(特定保健指導)

おすすめ！

健診当日 に 健診機関 で

健診当日に初回面談が可能

※受診する健診機関によります。



担当者様へ

健診機関からご案内があったら、**利用のお声かけ**をお願いします。

受け方は2パターン

後日、職場で実施

協会けんぽから事業所様にご案内をお送りします。



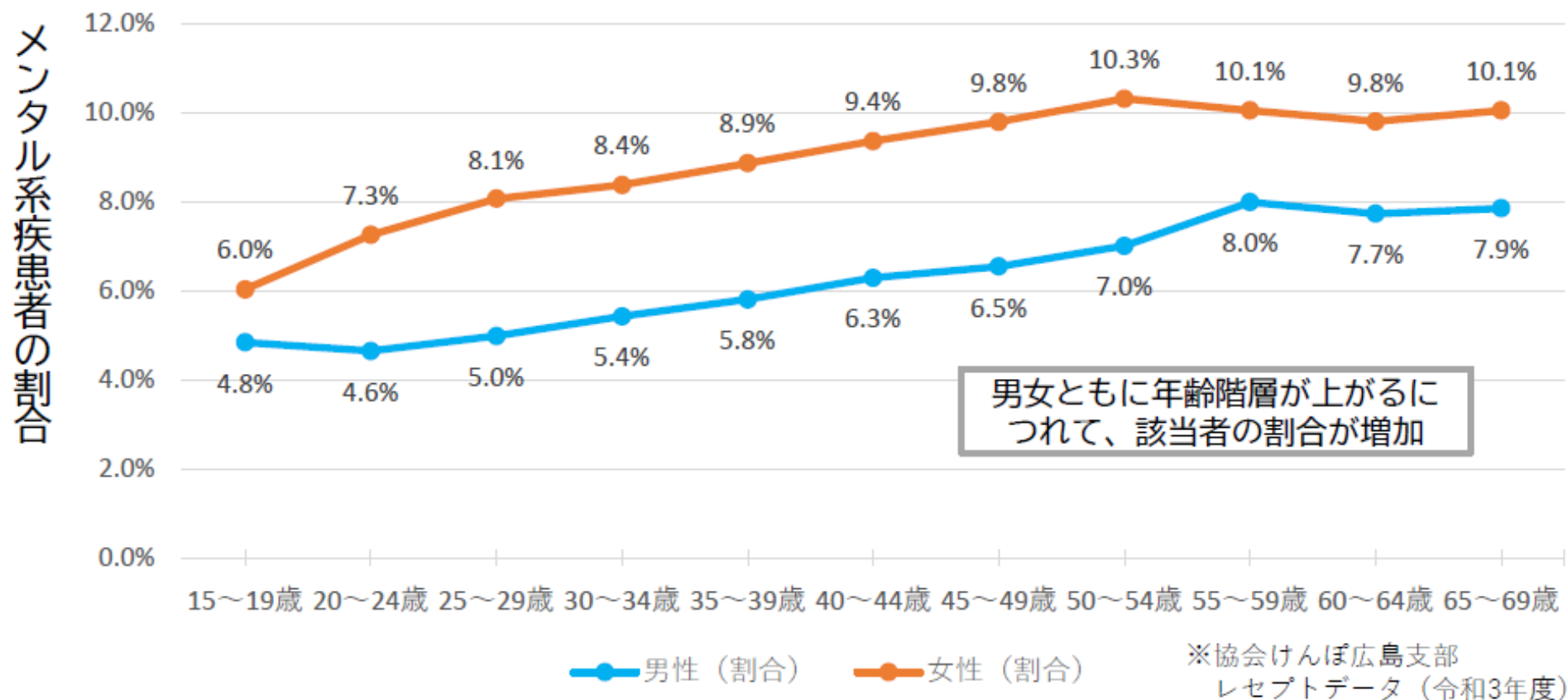
担当者様へ

職場でのスケジュール調整と面談場所のご用意をお願いします。
Web面談もぜひご利用ください！

健康経営の取組みによる効果について

メンタル系疾患による医療機関受診について

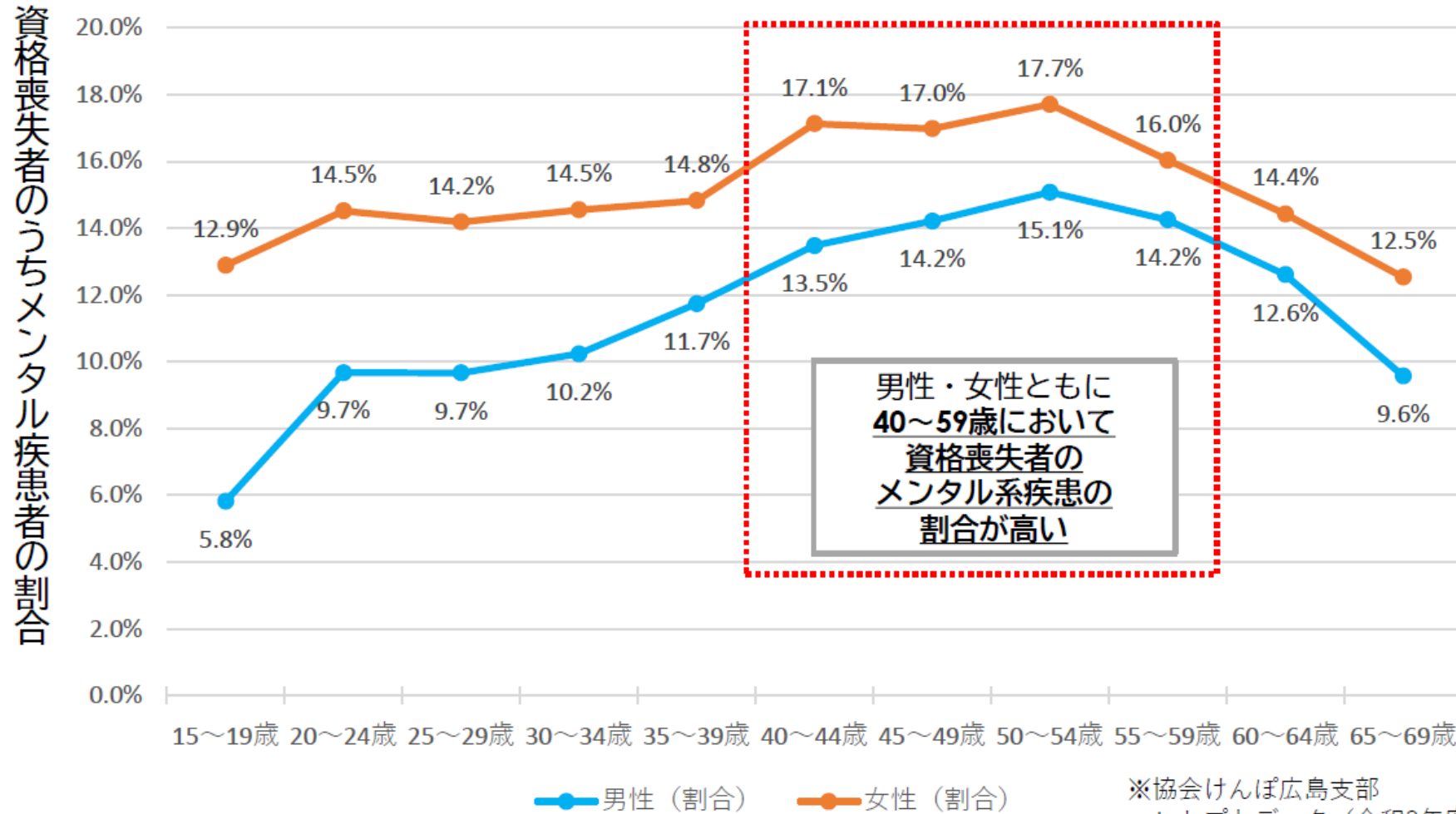
- 令和3年度被保険者（年度末時点の現存者）のうち、**7.7%**（約13人に1人）の方が**メンタル系疾患**で医療機関に受診されています。男性と比較して女性の割合が高く、男性・女性ともに年齢階層が上がるにつれて、該当者の割合が徐々に増加しています。



健康経営の取組みによる効果について

資格喪失された方のメンタル系疾患について

- 令和3年度中に資格喪失された方のうち、メンタル系疾患の方は**支部平均で13.5%**です。
- 女性の割合が男性と比較して高く、男性・女性ともに**40～59歳**の割合が高い傾向です。
メンタル系疾患の発症により、退職されているケースが伺えます。

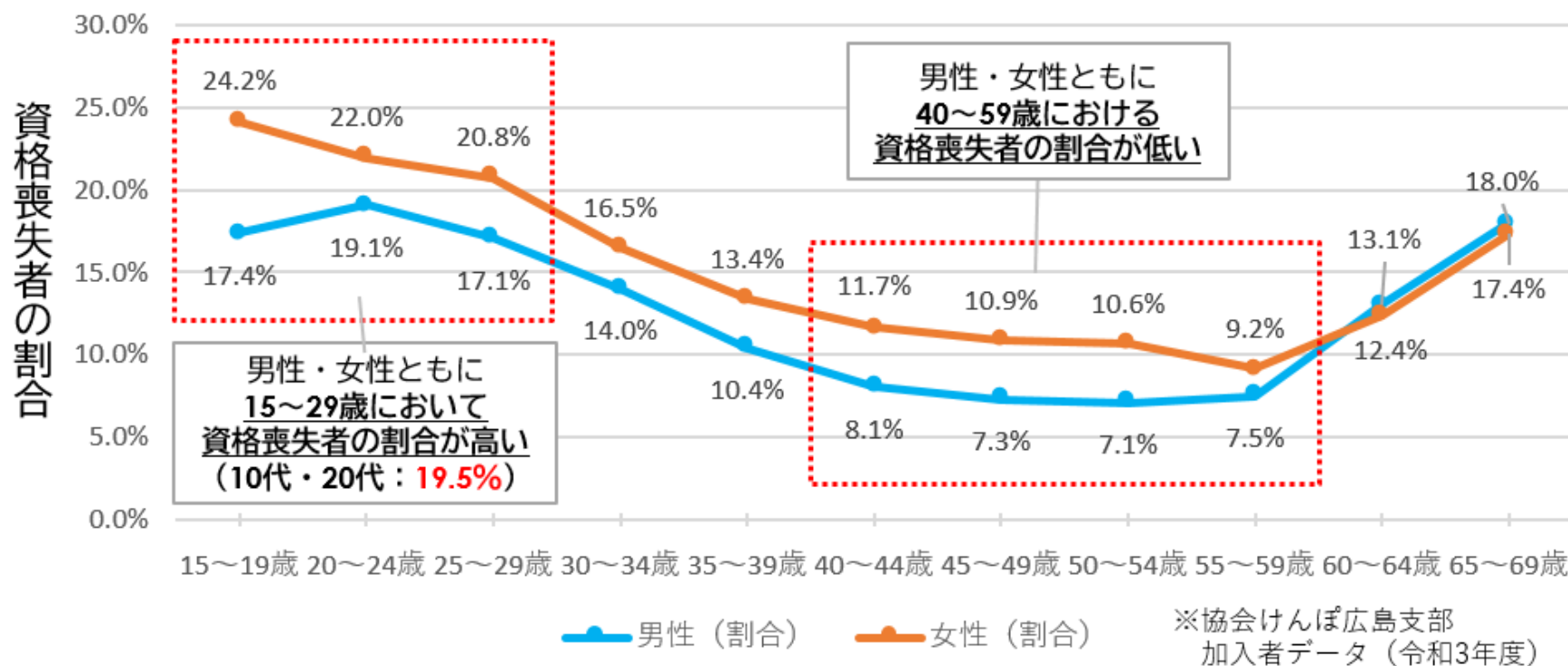


※協会けんぽ広島支部
レセプトデータ (令和3年度)

健康経営の取組みによる効果について

参考 資格喪失された方（退職等）の割合について

- 「健康経営」に取り組むことで職場や仕事に対する従業員の満足度が向上し、人材の定着、離職率の改善にもつながると考えられています。
- 退職等の事由で健康保険の資格喪失された方の割合にかかる性別・年齢階層別のグラフです。40～59歳は資格喪失者の割合が低い年代ですが、上記グラフのとおり、働き盛りの従業員の退職を防ぐためにメンタルヘルス対策の重要性が分かります（支部平均：12.7%）。



※資格喪失者の割合（%）＝資格喪失者÷（被保険者数【年度末時点】＋資格喪失者）としています。

健康経営の取組みによる効果について

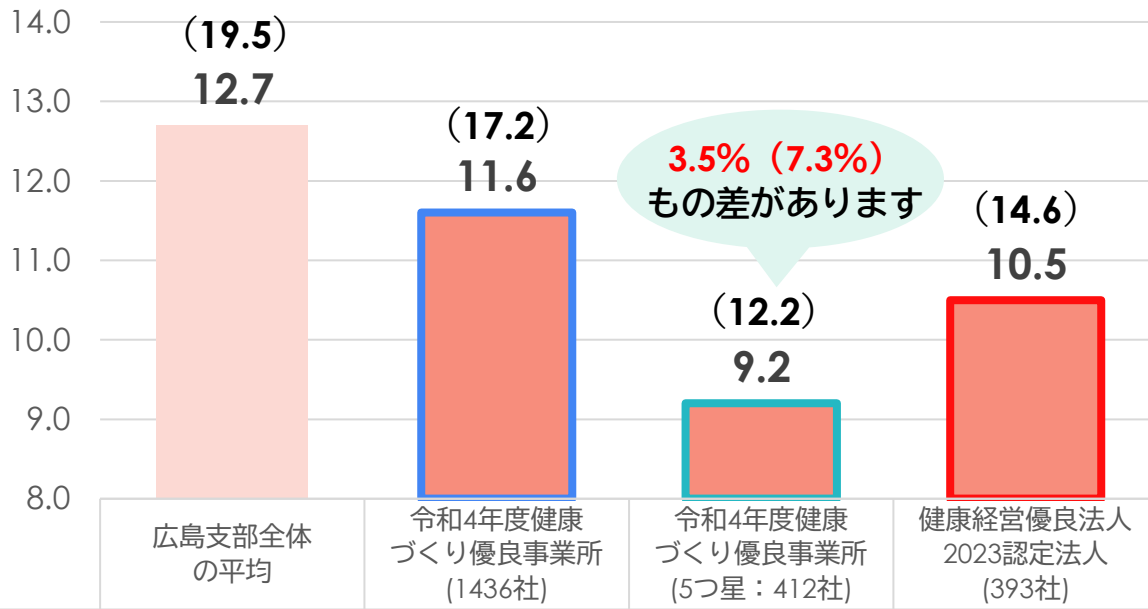
健康保険の資格喪失者（退職者等）の割合、被保険者のメンタル系疾患による医療機関受診者の割合について、「健康経営」に積極的に取り組む事業所が低い傾向がある（令和3年度）。

【広島支部加入事業所における比較】

- 広島支部全体の平均
- 令和4年度健康づくり優良事業所（1,436社）
- 令和4年度健康づくり優良事業所（5つ星：412社）
- 健康経営優良法人2023認定法人（393社）

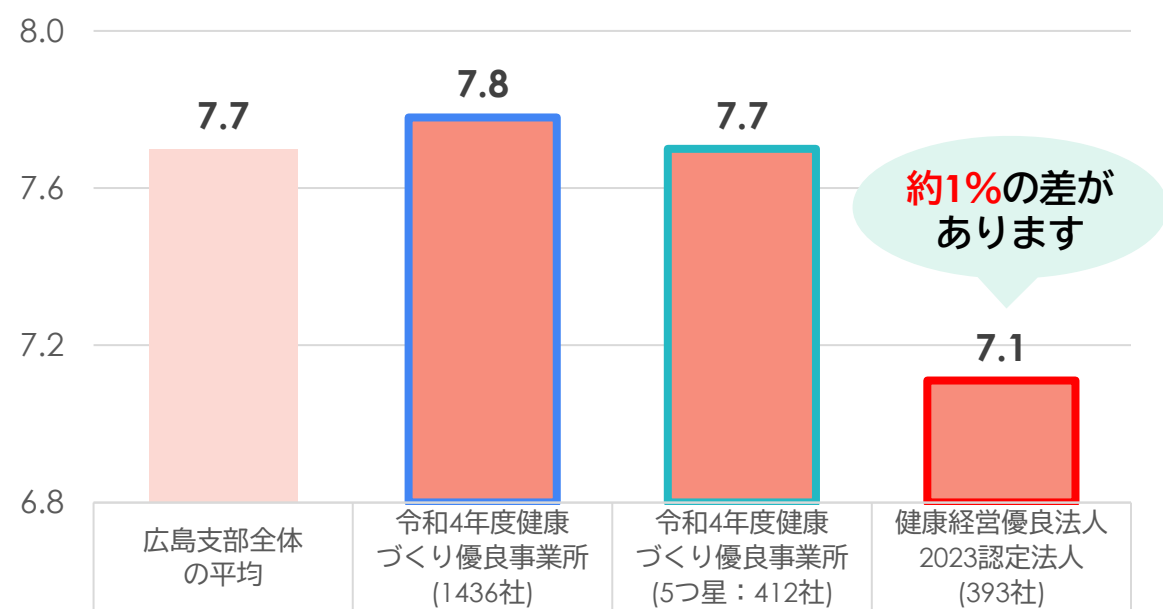
資格喪失者の割合

（カッコ内は10代・20代の資格喪失者の割合）



メンタル系疾患での医療機関受診者の割合 （被保険者）

(%)

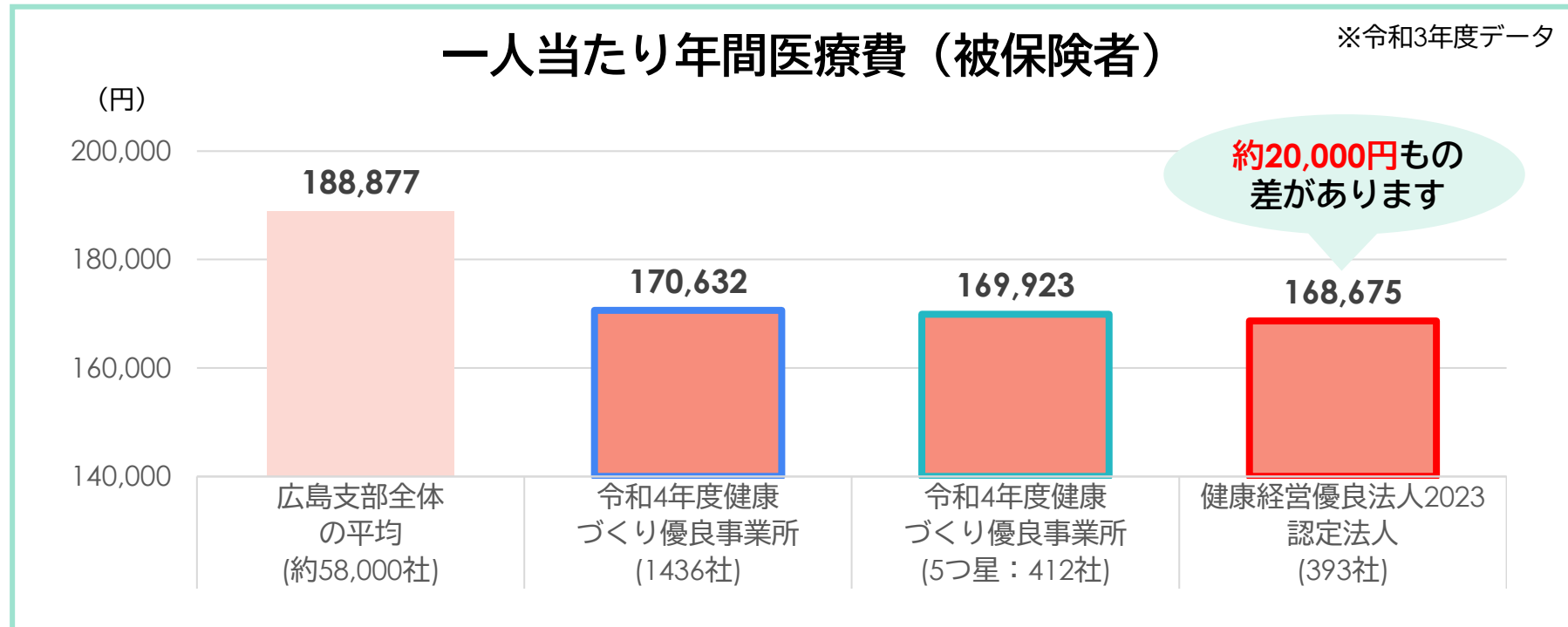


健康経営の取り組みによる効果について

従業員（被保険者）の一人当たり年間医療費（10割分で算出）を比較すると、「健康経営」に積極的に取り組む事業所が低い傾向がある（令和3年度）。

【広島支部加入事業所における比較】

- 広島支部全体の平均
- 令和4年度健康づくり優良事業所（1,436社）
- 令和4年度健康づくり優良事業所（5つ星：412社）
- 健康経営優良法人2023認定法人（393社）



健康経営に対する「経営者層の関わり・支援の有無」が退職者の割合に影響

アンケートの結果	考察
<ul style="list-style-type: none"> ●事業主・経営者層が健康経営に「積極的に関与している」と回答した事業所と比較して、「ある程度は関与している」「あまり関与していない」と回答した事業所では、退職リスクが約2倍。 ●さらに「健康経営に取り組んでいない」と回答した事業所では、退職リスクが約2.8倍となりました。 	<ul style="list-style-type: none"> ●この結果から、事業主・経営者層が健康経営に積極的に関与することにより、退職リスクを大きく低下させられる可能性があることが示唆されます。

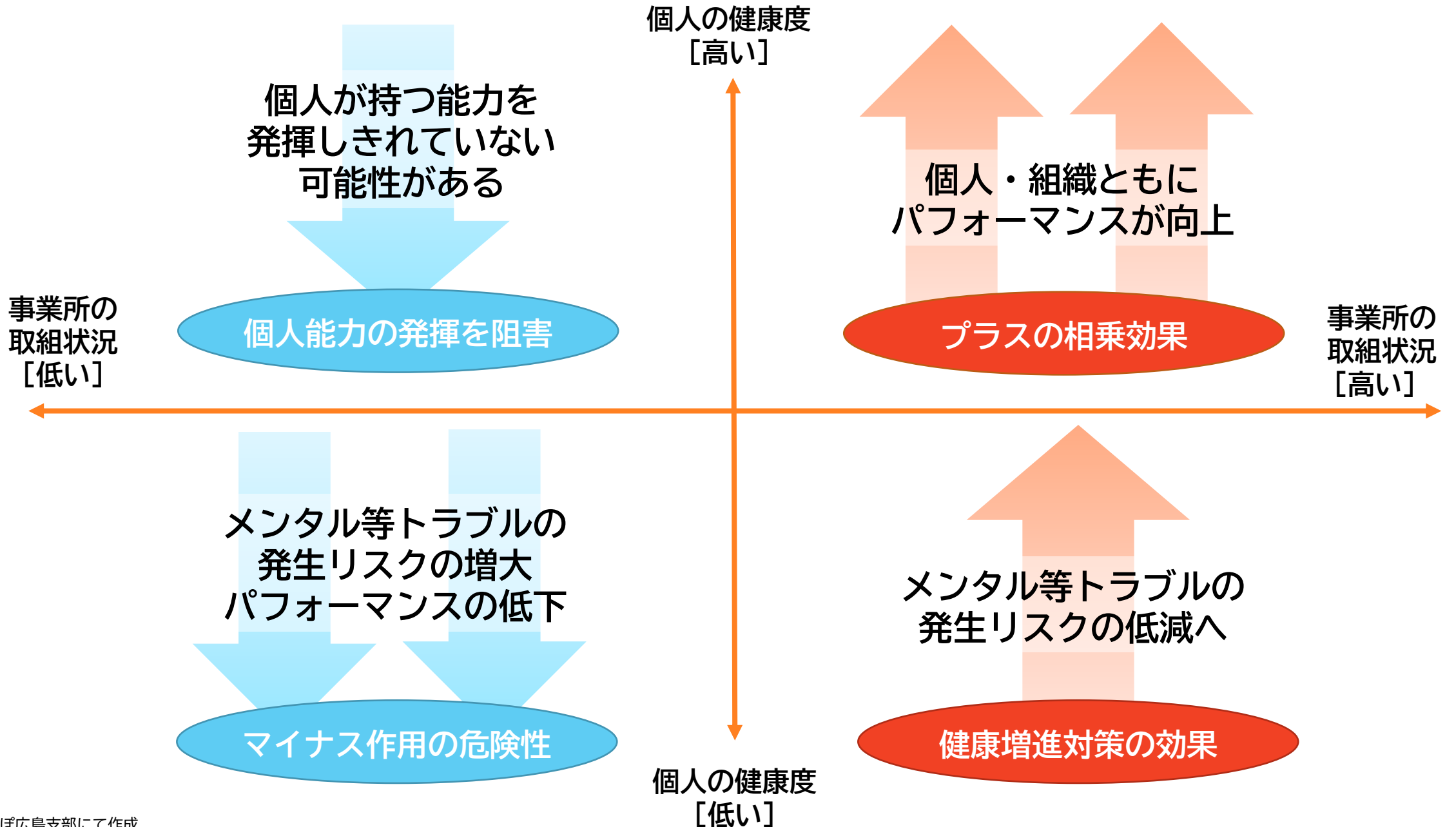
健康経営に対する経営層の関与と退職リスク

経営者層の関わり・支援の有無の回答結果	退職リスクのオッズ比 (倍)
積極的に関与している	1.0
ある程度は関与している	1.9
あまり関与していない	2.0
健康経営に取り組んでいない	2.8

退職リスクが約3倍！

※ 「退職者の割合」の分布から、退職者の割合が20%以上の事業所は割合が相対的に高いとみなし、これを指標として設定した。「退職者の割合が20%以上かどうか」を目的変数、アンケートの各設問項目を説明変数として多変量のロジスティック回帰分析を行い、リスク要因を分析した。
 ※ 「積極的に関与している」と回答した事業所群における「退職率が20%以上となるリスク」を1.0とした場合に、それ以外の回答をした事業所群の相対的なリスクを表したもの。

事業所の取組状況と個人の健康度の関係性（イメージ）



健康づくりの好循環の定着を図ります

「健康づくりの**好循環**」をさらに
定着・拡大させましょう!



加入者皆様の健康増進につながる行動の
連鎖を、協会けんぽ広島支部では
「健康づくりの好循環」
と呼び、定着・拡大を目指しています。

《キーワード》

健診受診率 100%へ

次に

健診結果異常放置 0%へ

そして

健康寿命の延伸へ