

「健康宣言」を活用した 職場の健康づくり



令和7年度健診ポスタークール
最優秀作品

本日の内容

- 1 協会けんぽについて**
- 2 健康宣言について**
- 3 協会けんぽ愛知支部が提供するサポートについて**
- 4 協会けんぽ愛知支部の健康づくりの状況について**

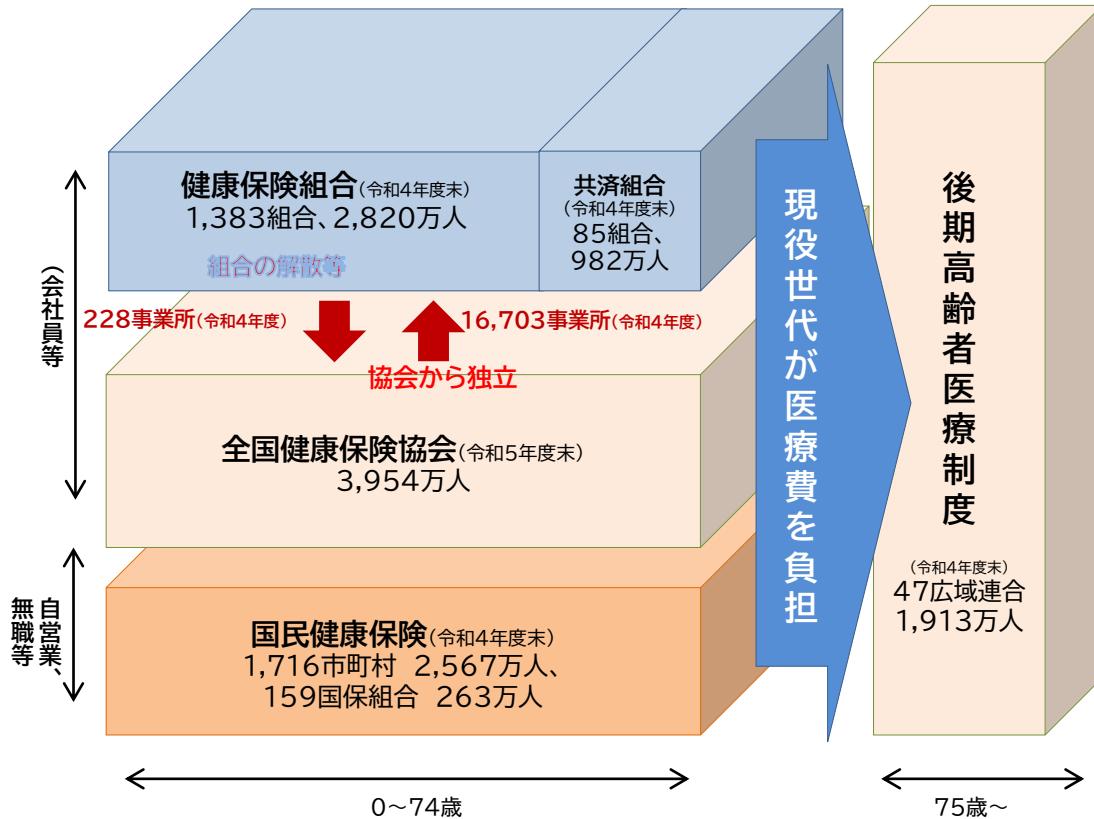
本日の内容

- 1 協会けんぽについて
- 2 健康宣言について
- 3 協会けんぽ愛知支部が提供するサポートについて
- 4 協会けんぽ愛知支部の健康づくりの状況について

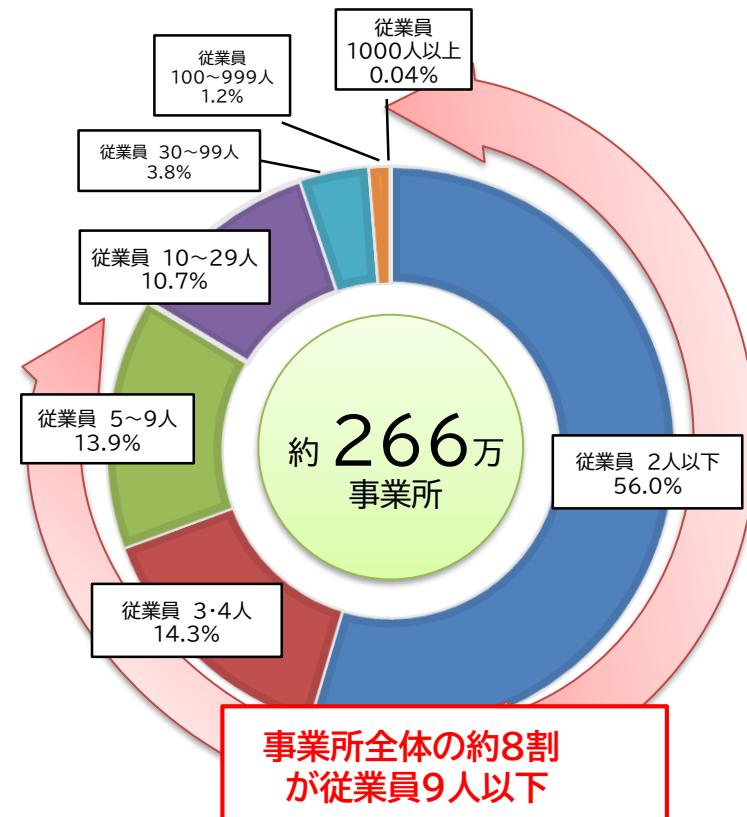
全国健康保険協会（協会けんぽ）について

- 266万事業所、3,954万人（国民の3.2人に1人）が加入する日本最大の保険者
- 中・小規模企業が多く、事業所全体の約8割が従業員9人以下

○ 保険者の位置づけ



○ 協会の事業所規模別構成(令和5年度末)

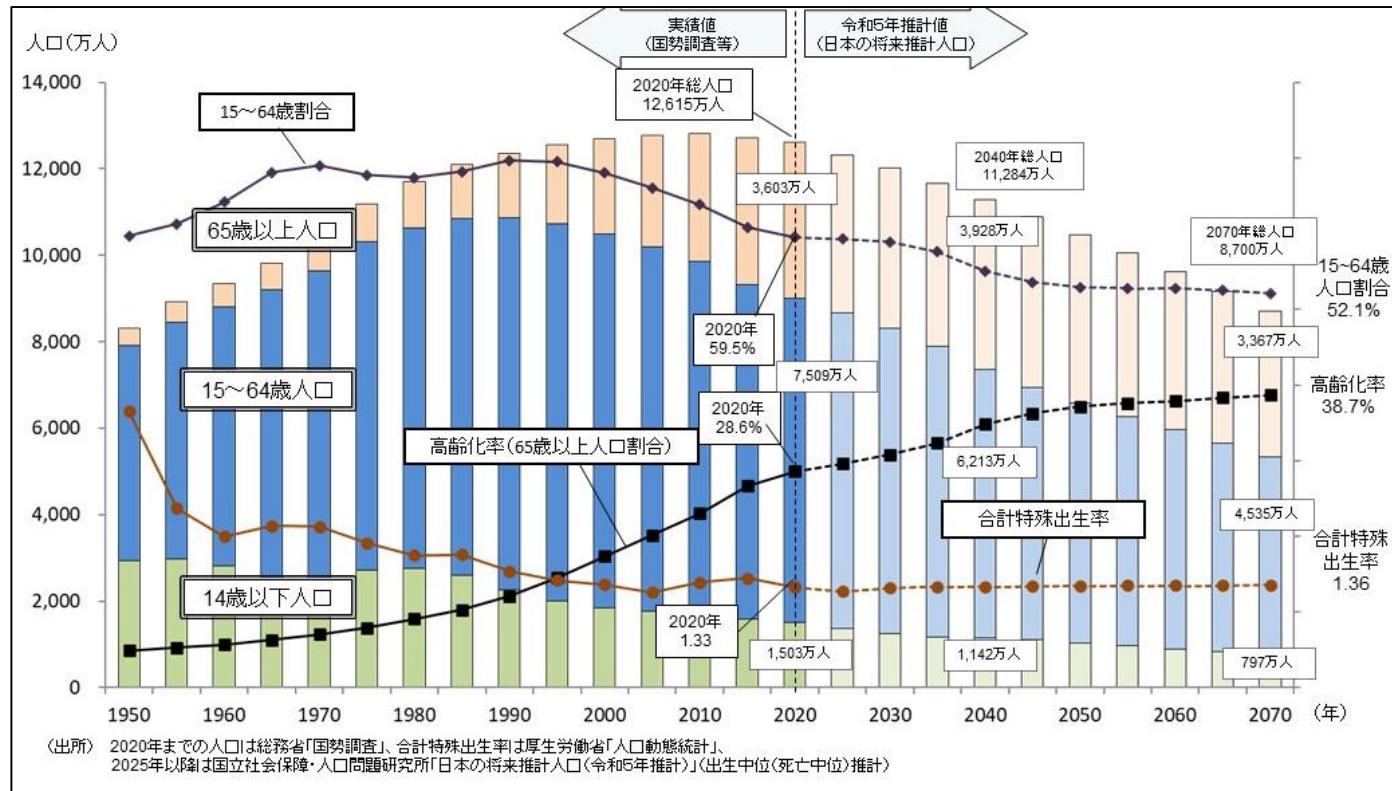


本日の内容

- 1 協会けんぽについて
- 2 健康宣言について
- 3 協会けんぽ愛知支部が提供するサポートについて
- 4 協会けんぽ愛知支部の健康づくりの状況について

少子高齢化が急速に進展

- 14歳以下人口、15~64歳人口が減少していく中で、従業員の健康がこれまで以上に大切になります。



（引用）厚生労働省ホームページより抜粋

令和6年度

- 出生数 68万6,061人 （前年より4万1,227人減少）
- 死亡数 160万5,298人 （前年より2万9,282人増加）

健康宣言と健康経営優良法人

健康宣言

従業員とそのご家族の健康づくりに取り組むことを社内外に発信（宣言）した事業所を全国健康保険協会愛知支部が「健康宣言チャレンジ事業所」として認定



STEP 1

健康づくりに取り組む

自社の健康課題をもとに目標を設定し、健康づくりの取り組みを実践



STEP 2

STEP 3

健康経営優良法人

健康経営を実践している企業等が社会的に評価される環境を整備することを目的に、日本健康会議が認定



健康宣言の概要

■ 健康宣言とは、健康経営に取り組むことを社内外に発信（宣言）し、協会けんぽと事業所様が連携して従業員とそのご家族の健康の保持・増進のために計画的に取り組むことです。



健康宣言書

健康宣言に申し込む

健康課題を把握し、「健康宣言書」を送付する
「認定証」が届いたら社内に掲示する



認定証

健康づくりに取り組む

健康課題に沿って設定した目標を達成するための健康づくりに取り組む

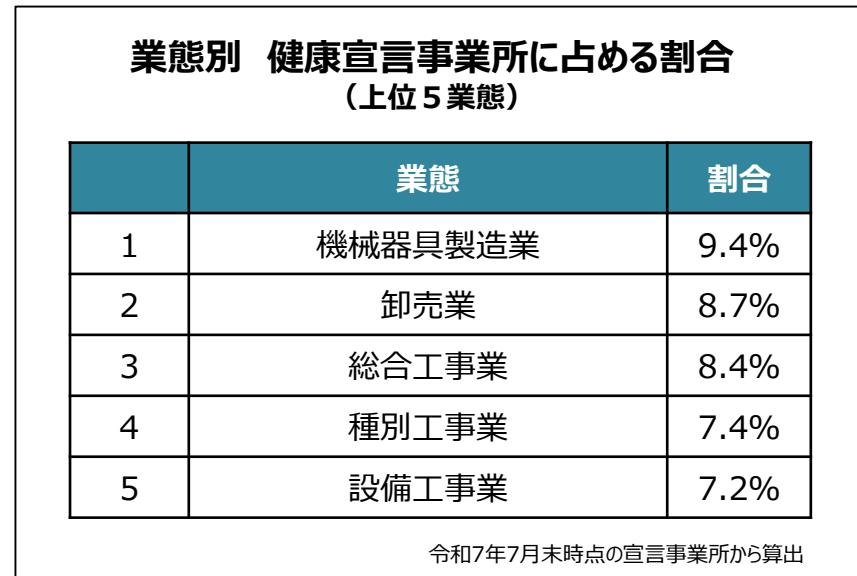
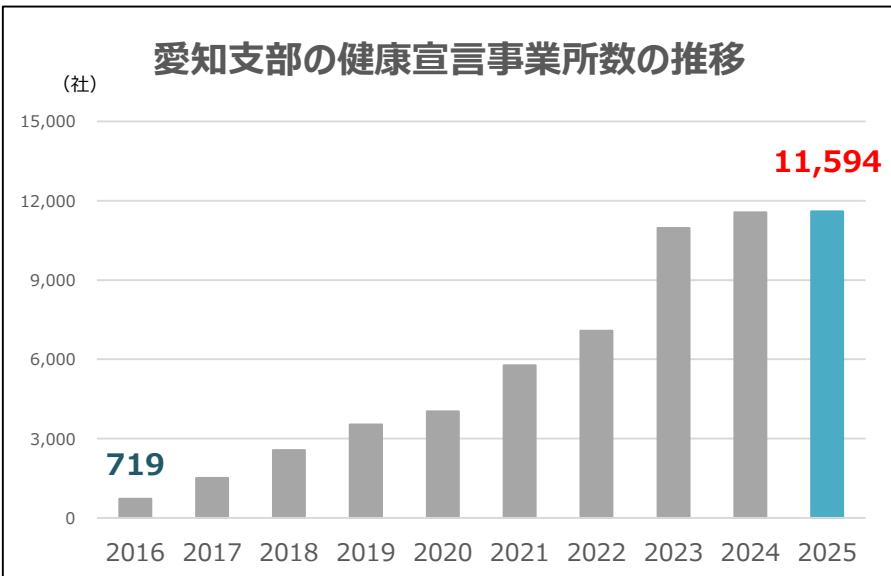
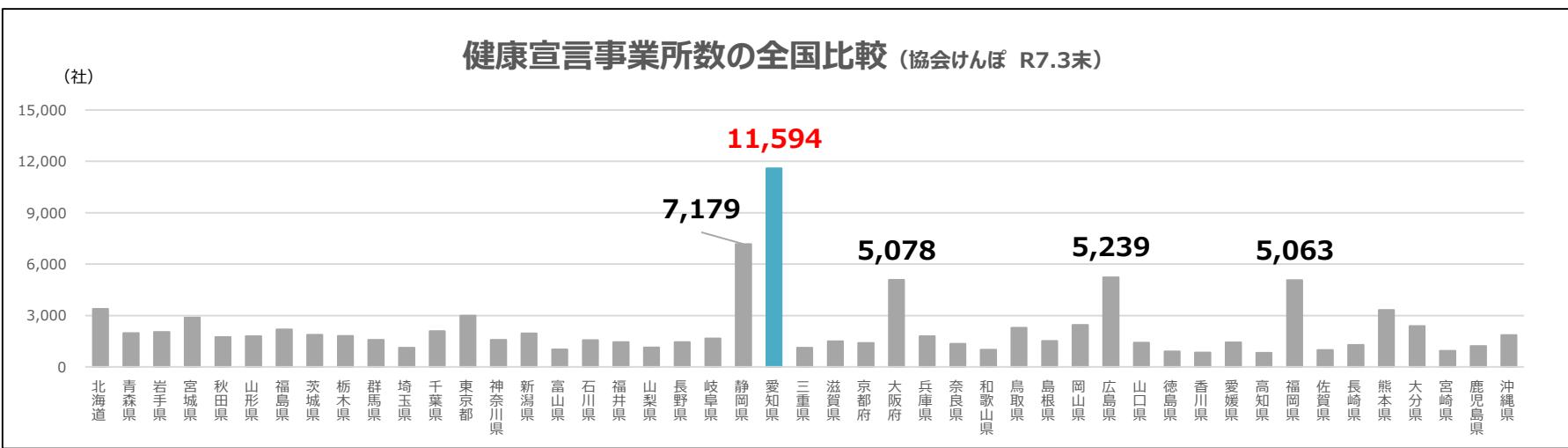
次年度の計画を策定する

振り返りの結果から新たに課題を把握し、取り組みの継続や見直しについて、計画を策定する

取り組みを振り返る

「取組結果報告書」を活用し
1年間の取り組みを振り返る

健康宣言事業所数の推移 (協会けんぽ愛知支部)



健康宣言の流れ

- ヘルスアップ通信簿などを活用し、自社の健康課題に沿った取組項目を決めます。

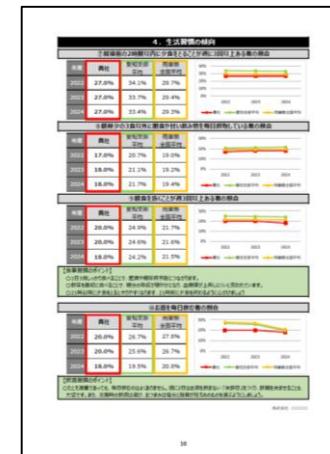
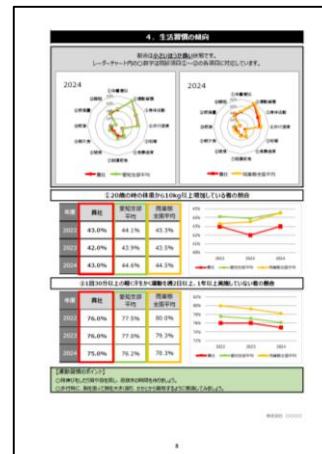
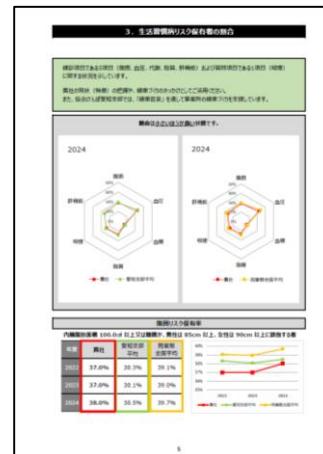
必須項目 (目標)

- 社員の健診受診率 目標 100%
 - 健康サポート（特定保健指導）の利用率 目標 100%

取組項目

- 取組項目は以下①から⑯のうち 1つ以上選択

①健診等の受診勧奨・環境整備	⑧食生活の改善
②ご家族の健診を後押し	⑨運動機会の促進
③ストレスチェックの実施	⑩女性の健康保持・増進に向けた取り組み
④管理職及び一般社員それぞれに 対する教育機会の設定	⑪社員の感染症予防
⑤適切な働き方の実現	⑫長時間労働者への対応
⑥コミュニケーションの促進	⑬メンタルヘルス不調者への対応・予防
⑦病気の治療と仕事の両立支援	⑭受動喫煙対策（禁煙または分煙）
	⑮その他の取り組み（①～⑯以外の取り組み）



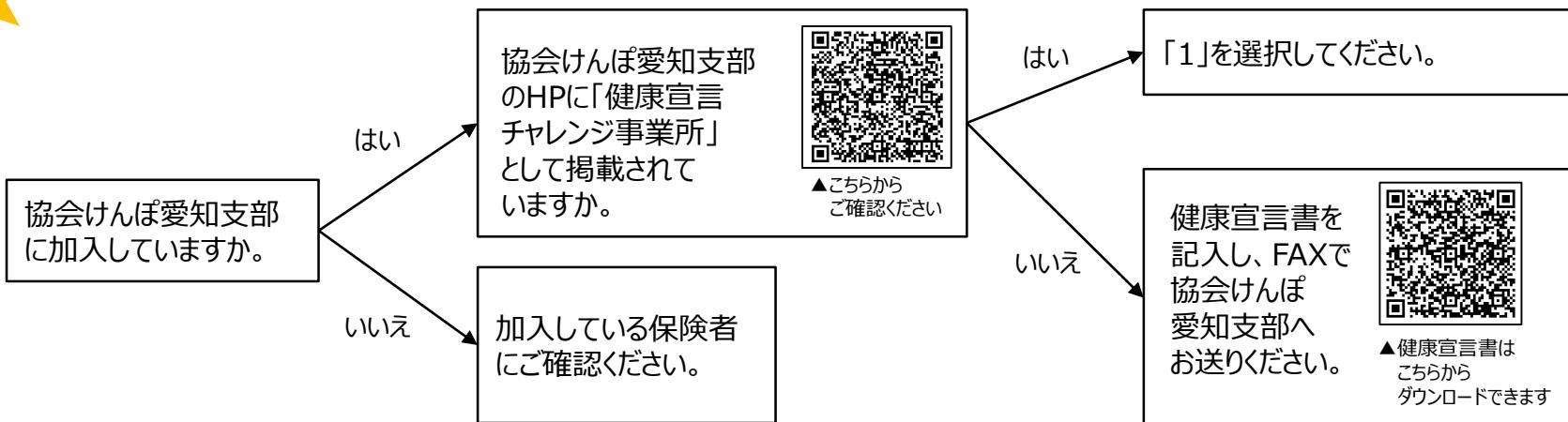
健康経営優良法人(中小規模法人部門)の申請について

Q

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 2024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 (保険者が健康宣言事業所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

A



本日の内容

- 1 協会けんぽについて
- 2 健康宣言について
- 3 **協会けんぽ愛知支部が提供するサポートについて**
- 4 協会けんぽ愛知支部の健康づくりの状況について

協会けんぽ愛知支部のサポートメニュー①

■ 生活習慣病予防健診

健診費用の約7割(最高13,583円)を
協会けんぽが補助します。

自己負担額 最高 5,282円

対象者 35歳～74歳の被保険者(ご本人)

血圧測定 血液検査 尿検査
心電図検査 胸部エックス線検査
胃部エックス線検査 便潜血反応検査

5大がん 肺 胃 大腸
子宮 乳房 までカバー

※子宮頸がん検診、乳がん検診は、別途自己負担が必要です。
※節目年齢対象の付加健診(別途自己負担)もあります。



40歳～74歳の被扶養者(ご家族)が対象の「特定健診」も
あります。自己負担なしまたは500円で受けられます。
(愛知県内で受診する場合)

■ 健康サポート（特定保健指導）

対象者

40～74歳で、健診の結果、
生活習慣病のリスクが高いと判定され、
積極的支援または動機付け支援に該当した方

STEP1

目標・
行動計画
づくり

20～30分の初回面談で保健師や
管理栄養士と生活習慣の
改善策を考え、目標と
行動計画を作成。



ライフスタイルや
体の状態に
合わせて提案！

STEP2

行動計画の
実践

STEP1で決めた目標や
行動計画を3～6ヶ月の間
実践。



電話やメールで
定期的に
フォロー！

STEP3

達成度
チェック

実践後、目標達成度の確認を
して、さらなる健康づくりの
アドバイスを受ける。



費用

無料

愛知県下の特定保健指導実施機関、
協会けんぽ愛知支部で利用する場合、
協会けんぽが費用(最高31,130円)を
全額補助します。

協会けんぽ愛知支部のサポートメニュー②

■ 健診結果で「要治療」「要精密検査」と判定されながら、医療機関への受診が確認できない方のご自宅に、受診を呼びかけるご案内文書をお送りしています。

対象者

①～④にすべて該当する方

- ① 生活習慣病予防健診・特定健診・定期健康診断*のいずれかを受診した75歳未満の方 *協会けんぽが健診結果データを取得している場合
- ② 健診受診前月から4ヵ月以内に、医療機関への受診が確認できない方
- ③ 健診時の問診で服薬なしと回答した方
- ④ 以下の基準値のうち、いずれか1つでも該当する方

血圧

収縮期血圧

160mmHg以上

拡張期血圧

100mmHg以上

血糖

空腹時血糖

126mg/dL以上

HbA1c

6.5%以上

脂質

LDL
コレステロール※

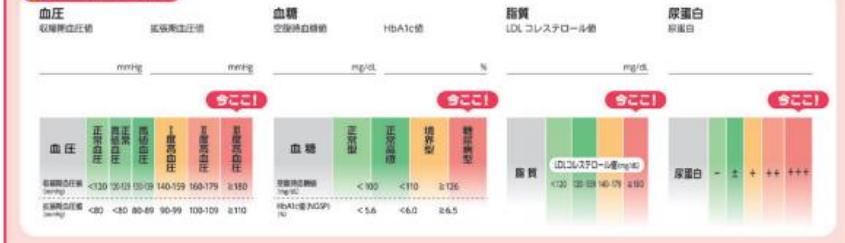
180mg/dL以上

※悪玉コレステロールとも
呼ばれ、増えすぎると動脈
硬化を起こして心筋梗塞
や脳梗塞を発症させる
危険性がある。

▼ご案内文書(イメージ)

あなたは今すぐ医療機関に受診を!
健診結果を踏まえた次の行動が重要!

あなたの健診結果は



二次案内も実施します

対象者のうち、とくにリスクが高い方には、
受診状況等をご記入いただく回答欄付きの
ご案内文書を送付いたします。ご回答内容等
に応じて、協会けんぽの保健師等から、文書・
電話等によりご連絡いたします。

協会けんぽ愛知支部のサポートメニュー③

■健康宣言好事例集

健康宣言優良事業所や健康経営優良法人の認定事業所などの取り組み事例を紹介しています。

■ 健康宣言
好
事
例
集
Vol.8

元気な職場を実現する
参考になる!

15社の取組みを
ご紹介

QRコード

▲すべてのシリーズ
を公開しています

■特定保健指導好事例集

特定保健指導実施率が高い事業所の取り組みをまとめました。

特定保健
03 特定保健指導は
健常になる生活習慣を
プロと一緒につくるプログラムです

特定保健指導を
している事業所に
インタビュー

特定保健指導を勤務スケジュール
みんなで実施

特定保健指導事例集
事業所版
～実践者の声から学び実施率向上の秘訣～

全国健康保険協会
協会けんぽ



▲すべてのページを
公開しています

協会けんぽ愛知支部のサポートメニュー④

■ マンガでわかる！お役立ち健康情報 & 健康コラム

- 毎月、健康づくりに役立つ情報を発信しています。
- お役立ち健康情報は、健康情報をわかりやすく漫画でお届けしているWEBチラシです。
- 健康コラムは、令和7年4月から1年間にわたり「睡眠」「免疫力」「メタボ解消」をテーマに健康レシピを紹介しています。



詳細はこちらを
ご覧ください▶



詳細はこちらを
ご覧ください▶

■ LINE公式アカウントを開設

友だち追加をしていただきますとそれぞれ
月1回「マンガでわかる！お役立ち健康
情報」「健康レシピ」が届きます。



詳細はこちらを
ご覧ください▶

連携団体のサポート

■ 連携団体が開催するセミナーへの参加

明治安田生命保険相互会社 様

健康経営セミナー (R7.5.28、R7.6.6 ほか)

株式会社かんぽ生命保険 様

健康づくりセミナー & ラジオ体操講習会 (R7.3.5)

一般社団法人愛知県トラック協会 様

健康管理セミナー (R6.11.21)

碧南商工会議所 様

健康経営セミナー (R6.11.1)

株式会社名古屋銀行 様

健康経営セミナー (R6.3.5)

アクサ生命保険株式会社 様

健康経営実践セミナー (R5.11.13)



■ 自治体と連携した健康づくりの推進

協会けんぽ愛知支部と県内の自治体では、継続的に健康づくりを行うためのサポートを行っています。

- 優良な取り組みをする事業所への表彰の実施
- 健康メニューの提供
- セミナーの開催



▲自治体において開催された表彰式の様子

▼名古屋市による健康メニューの紹介チラシ



▲自治体ごとの健康づくり
メニューの詳細は
こちらをご覧ください

取組の振り返り

- 1年の振り返りと、次年度の計画の策定にご活用いただきため「健康宣言取組結果報告書」の記入、ご提出をお願いしています。
- ご提出いただいた「健康宣言取組結果報告書」をもとに健康宣言優良事業所の表彰を実施しています。

令和6年度 「健康宣言取組結果報告書」をご提出ください！

報告は Webから

令和7年3月下旬に健康宣言チャレンジ事業所様宛に健康宣言報告のご案内を発送しております。事業所様の利便性の向上を図るために、今回より、Web上で報告書の入力から提出までできるよう、[提出方法を変更](#)いたしました。

健康宣言の取り組みをより効果的にするために、令和6年度の振り返りを行っていただけ、さらなる職場の健康づくりに向けて令和7年度の目標設定をお願いします。

提出期限 令和7年5月30日(金)
送付対象 令和6年10月までに健康宣言チャレンジ事業所として認定された事業所様



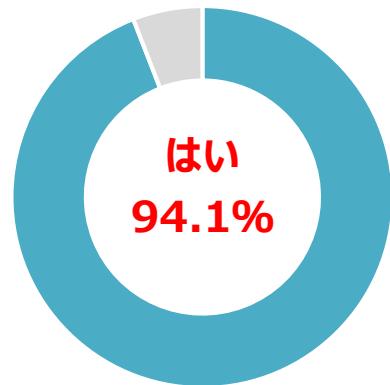
本日の内容

- 1 協会けんぽについて
- 2 健康宣言について
- 3 協会けんぽ愛知支部が提供するサポートについて
- 4 **協会けんぽ愛知支部の健康づくりの状況について**

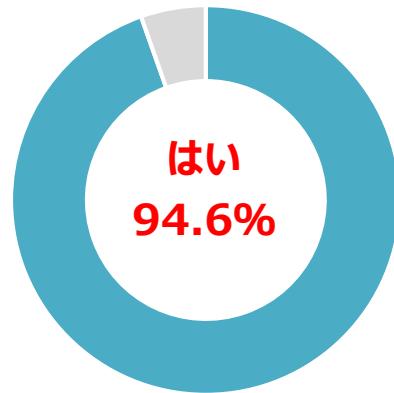
取組結果報告書の結果

- 取組結果報告書をご回答いただいた多くの事業所が、健診受診に関する取り組みを積極的に行っている。（令和6年度取組結果報告書の回答数＝3,385社）

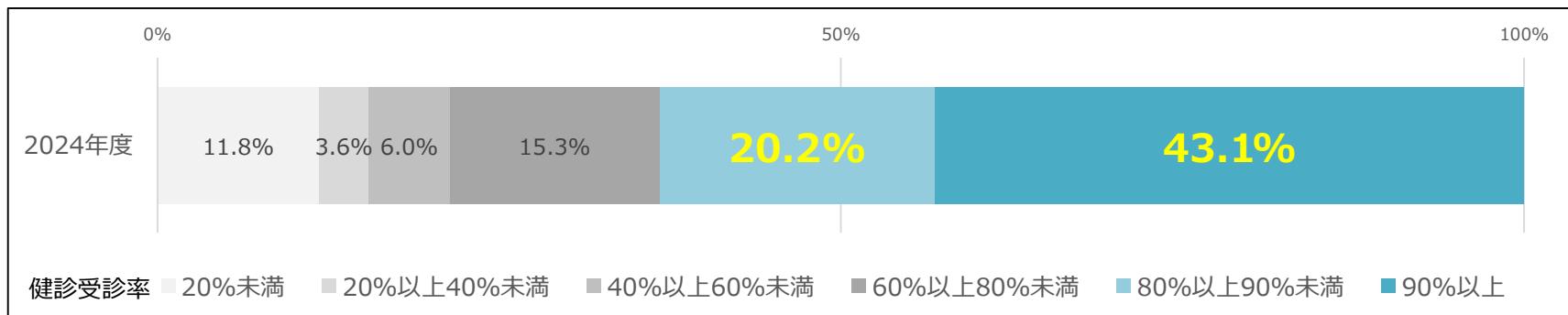
Q. 健診を受けやすい環境を整えている
(受診日の出勤認定、特別休暇認定など)



Q. 健診の結果、再検査など有所見者に対して個別に通知や声掛けをするなど、医療機関への受診勧奨を行っている

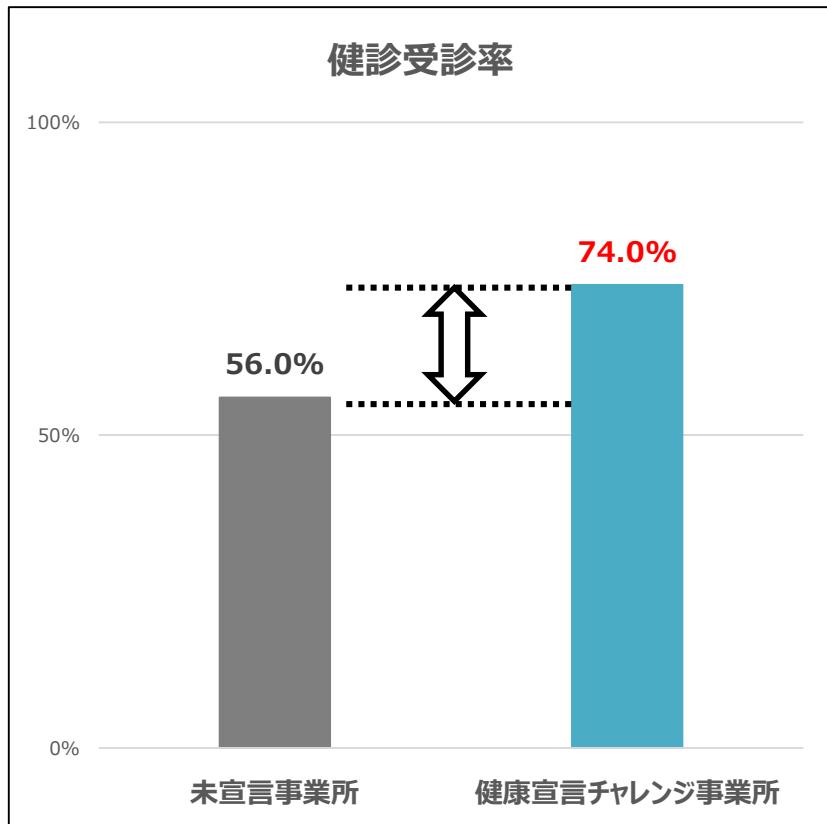


- 取組結果報告書をご回答いただいた事業所のうち、健診受診率80%以上となっている事業所は6割超。（令和6年度取組結果報告書の回答数＝3,385社）

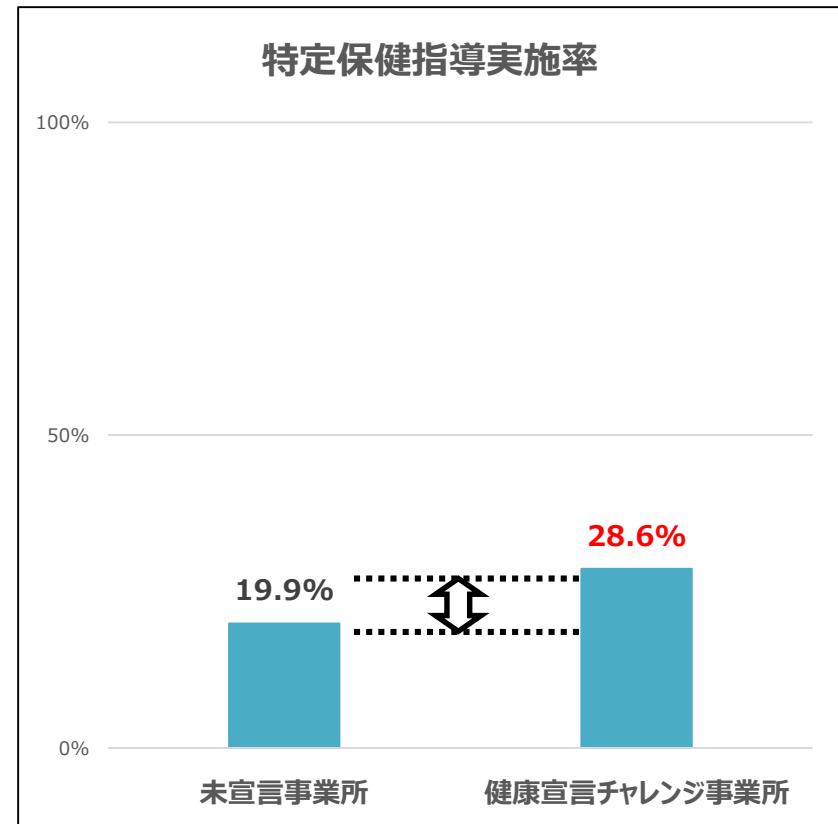


宣言事業所と未宣言事業所

- 健康宣言チャレンジ事業所は、健診の受診率、特定保健指導の実施率がその他の事業所に比べ、高い結果となっている。



令和5年度事業所基本情報
「被保険者健診対象者数（40～74歳）」「被保険者健診受診者数（40歳～74歳）」を集計

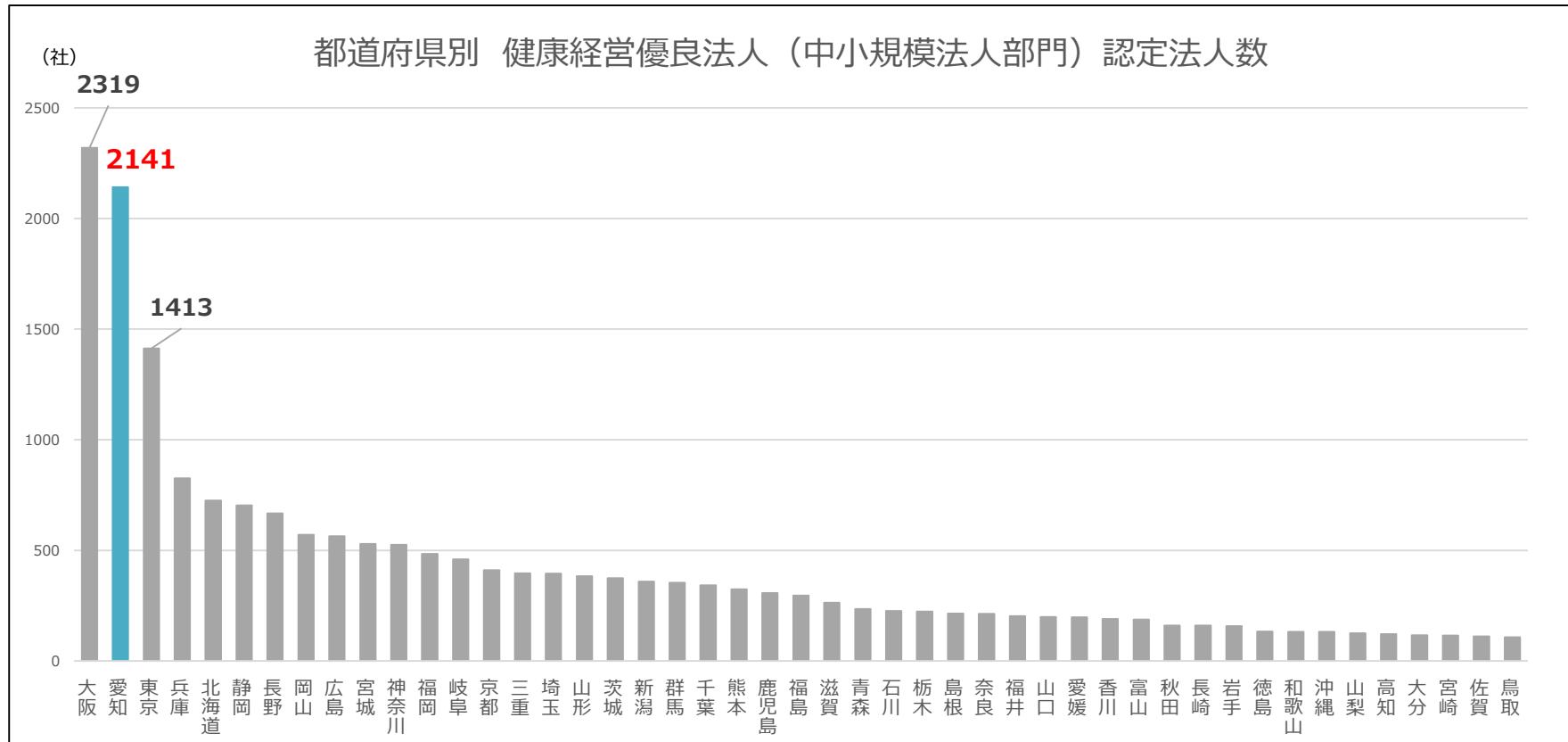


令和5年度事業所基本情報
「被保険者特定保健指導対象者数」「被保険者特定保健指導実施者数（初回）」を集計

健康経営優良法人（中小規模法人部門）の認定数

■都道府県別では愛知県は第2位となっている

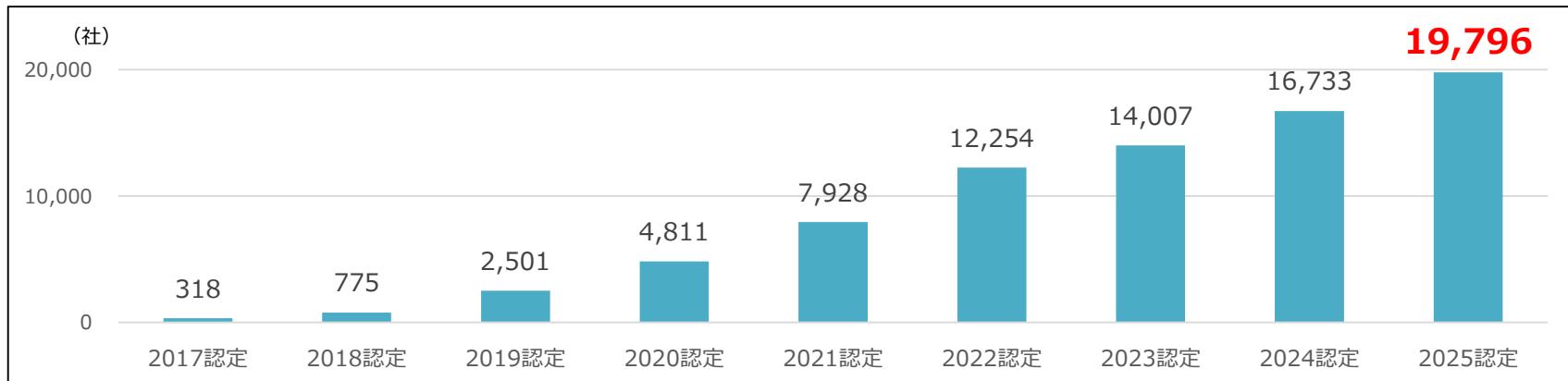
（認定法人数は健康保険組合等に加入の事業所を含む）



健康経営優良法人(中小規模法人部門)の認定数の推移

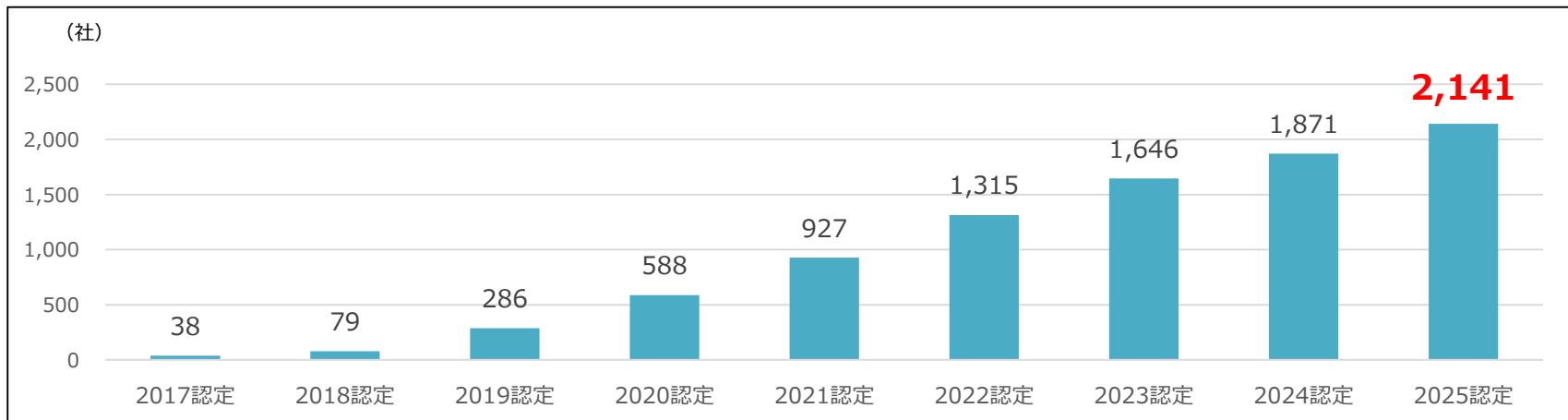
■ 全国の健康経営優良法人(中小規模法人部門)の認定法人数は毎年度増加している

(認定法人数は健康保険組合等に加入の事業所を含む)



■ 愛知県の事業所の認定法人数も毎年度増加している

(認定法人数は健康保険組合等に加入の事業所を含む)





本日は貴重なお時間をいただきありがとうございました。

 全国健康保険協会 愛知支部
協会けんぽ