

## 取り組み例

分野	質問		取り組み例
健（検）診	1	従業員の皆様は健診を受診していますか	・就業時間内に健診受診ができる体制整備
	2	受診勧奨の取り組みをしていますか	・がん検診等、任意検診の費用補助 ・要精検者等に対する健康面談の実施
	3	保険者による特定健康診査および特定保健指導を実施していますか	・特定保健指導実施場所等の設定、提供 ・特定保健指導実施率等の目標値設定
健診結果の活用	4	健診の結果、保健指導や再検査が必要な従業員に受診させていますか	・再検査、精密検査の受診報告の義務化 ・健康診断の再診・精密検査、特定保健指導に要する時間の出勤認定や特別休暇認定
	5	40歳以上の従業員の健診データを加入保険者に提供していますか	・データ提供に係る同意書の提出 ・健診結果の集団分析による職場の特徴把握
健康づくりのための職場環境整備	6	健康経営の具体的な推進計画を設定していますか	・再検査、精密検査受診率を100%にする ・従業員の喫煙率を10%低下させる ・残業時間を部署平均で月10時間減らす
	7	仕事と家庭の両立に向けた環境づくりの取り組みを実施していますか	・ノー残業デーの設定 ・年休取得の目標設定
	8	コミュニケーション促進に向けた取り組みを実施していますか	・血圧計や健康グッズ等の設置 ・社内SNSの活用 ・社内イベント開催
	9	病気の治療と仕事の両立の促進に向けた取り組みを実施していますか	・職場に相談者を設置し、相談窓口を開設 ・入院治療や通院のために、年次休暇とは別に傷病休暇・病気休暇を取得できる制度の設定
食の取り組み	10	食生活改善に向けた取り組みを実施していますか	・健康に配慮した仕出し弁当の利用促進や社員食堂における健康メニューの提供 ・社員食堂における栄養成分表示の実施 ・食生活に関するセミナー開催
運動の取り組み	11	運動機会の増進に向けた取り組みを実施していますか	・徒歩や自転車での通勤促進 ・朝礼等でのラジオ体操の実施 ・運動サークルの設置 ・スポーツジム利用料の補助
たばこ対策	12	健康増進法に基づく受動喫煙を防止するための措置を講じていますか	・敷地内禁煙 ・屋内禁煙（喫煙可の場合、喫煙専用室設置） ・禁煙外来の費用補助 ・非喫煙者等に対するインセンティブ付与 ・就業時間中の喫煙禁止
心の健康	13	メンタルヘルスにかかる相談体制を整えていますか	・専門家等による面談実施 ・短時間勤務制度等の導入 ・メンタルヘルス研修の開催
	14	ストレスチェックを実施していますか	・集団分析による職場の特徴の把握
歯・口腔の健康への取り組み	15	歯と口腔の健康に向けた取り組みを実施していますか	・歯と口腔の健康に関するセミナー実施 ・歯みがきの推奨、歯みがきスペースの確保 ・歯科健診の実施、費用補助、受診勧奨 ・市町が実施している歯科健診の周知
その他	16	1-15以外に従業員の健康づくりに向けた取り組みを実施していますか	・インフルエンザ予防接種の費用補助 ・職員が感染症に罹患した場合のルール整備 ・熱中症予防のための暑さ指数の活用 ・女性の健康に関するセミナー開催