

健康福祉部 医療保健課

電話：082-420-0936



## 東広島働く人の健康づくりプロジェクト 優良認定事業所表彰式・健康づくりセミナーの開催

### 1 概要

本市では、令和2年度から市内で働く人の健康づくりを推進するため、県内市町で唯一、職場で取り組める健康づくりの認定制度を実施している。期間内に取り組んだ健康づくりをポイント化し、基準を満たした事業所を東広島働く人の健康づくりプロジェクト「認定事業所」とし、3年連続で認定された事業所を「優良認定事業所」として表彰する。表彰式は、この度初めて行う。

また、表彰式に合わせて、優良認定事業所の健康づくりの取組み紹介や働く世代に参考になる講演などの健康づくりセミナーを実施する。自治体主催の事業者対象の健康づくりセミナーを開催するのは、県内市町では本市が初めてである。

#### ※ 東広島働く人の健康づくりプロジェクト

健康寿命の延伸を目指して、生涯現役社会に向けた仕組みづくりを行っている。元気な高齢期を迎えるためには、生活習慣病に罹患し始める勤労世代(40～50歳)からの健康づくりが不可欠であり、一日の大半の時間を過ごす職場において、健康づくりが実践できる環境が重要であるため、認定制度等により事業所の健康経営を推進するもの。

### 2 エントリー事業所

エントリー事業所56事業所

そのうち認定事業所36事業所・優良認定事業所は16事業所(別表のとおり)

### 3 表彰式・健康づくりセミナーの日程等

(1) 日 時：令和5年7月6日(木) 14時30分～16時

(2) 会 場：東広島芸術文化ホールくらら 小ホール

(3) 対 象：東広島市内の事業所、東広島市民

(4) 内容

・優良認定事業所表彰式

・講演：佐々木医院 佐々木 正太 氏

「従業員いのちを守る！～体調不良!?一刻を争う対応と日常の健康づくり～」

・協会けんぽ広島支部からの健康経営に関する情報提供



認定マーク「わくまる」

【別表】令和5年度 東広島働く人の健康プロジェクト 優良認定事業所

No.	会社名（登録順）	業種
1	有限会社GUTS	その他サービス業
2	マイクロンメモリジャパン株式会社	製造業
3	明治安田生命保険相互会社 賀茂西条営業所	金融業、保険業
4	シャープ株式会社 通信事業本部	製造業
5	社会福祉法人 東広島市社会福祉協議会	医療福祉
6	今谷コミュニケーションズ株式会社	情報通信業
7	社会福祉法人 石川福祉会 桜が丘保養園	医療福祉
8	社会福祉法人 石川福祉会 桜が丘認定こども園	医療福祉
9	医療法人社団ヤマナ会 東広島記念病院	医療福祉
10	出雲建設株式会社	建設業
11	株式会社ジテック	情報通信業
12	スポーツクラブルネサンス東広島24	その他サービス業
13	まつやセロファン株式会社	製造業
14	オール薬局 西条店	医療福祉
15	学校法人常翔学園 広島国際大学	教育
16	有限会社フィールドワークス	生活関係サービス業



東広島市は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。



企業・経営者の皆様へ

東広島市から**健康経営推進**のための

お得なお知らせ

令和5年度

# 健康づくりに取り組む事業所を募集しています！



働く皆さんの健康づくりを推進するため、職場で取り組める健康づくりの認定制度を始めます。期間内に取り組んだ健康づくりをポイント化し、基準を満たした事業所を「**東広島働く人の健康づくりプロジェクト認定事業所**」に認定します。

健康づくりに取り組む  
メリット

「働く人の健康づくりプロジェクト  
認定事業所」に  
認定されると・・・

生産性  
向上

欠勤率低下  
業務効率の向上  
モチベーションの  
向上

負担軽減

病気を予防し、各  
種手当支払いの削  
減、健康保険料負  
担の抑制

イメージ  
アップ

企業ブランドの価  
値向上

リスク  
回避

事故、労働災害  
発生予防

- ◎ **認証マークが使用できます。**  
(ステッカーの掲示)
- ◎ **事業所名が掲載されます。**  
(認定事業所として、広報、市ホームページなど)
- ◎ **健康づくりに関する情報の提供が受けられます。**
- ◎ **健康づくりに取り組み、特に優秀な事業所を市長が表彰**します。

詳しくは  
市ホームページを  
チェック！



東広島 働く人 健康づくり

検索

【お問合せ先】

東広島市 健康福祉部 医療保健課 健康支援係

TEL: (082) 420-0936 FAX (082) 422-2416

メールアドレス: hgh200936@city.higashihiroshima.lg.jp



まずは簡単に取り組めることから実践しましょう！



## 「職場で健康講座」も活用ください

※開催予定日より概ね1か月前までに、医療保健課にご連絡ください。

- 料金**            **もちろん無料！**
- 人数**            **何人でも！ 少人数でも遠慮せずどうぞ。**
- 時間**            **1講座20分～1時間。研修会等に、ぜひご利用を。**
- 会場**            **東広島市内なら、どこでも行きます。**

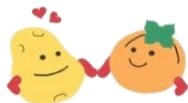
**講座メニュー**    下の①～⑫からお選びください。

### からだ



- ① **身体を知ろう！**  
血管年齢測定・体力測定・体組成測定
- ② **生活習慣病とは？**  
各種健診項目の示すこと、身近な疾病について

### 食生活



- ③ **食習慣を見直しましょう**  
バランスの良い食事とは？  
夜遅い食事、中食・外食の選び方 など
- ④ **あなたの知らないお酒の世界**  
お酒との上手な付き合い方、健康への影響 など

### メンタルヘルス

- ⑤ **ストレスとの上手な付き合い方**
- ⑥ **同僚のこころのSOSをキャッチ**  
～ゲートキーパーとは～
- ⑦ **専門家によるお話**

### 運動



- ⑧ **やってみよう！**  
いきいき体操ひがしひろしま
- ⑨ **脂肪を燃やす！有酸素運動**
- ⑩ **リフレッシュ体操**

### 歯の健康



- ⑪ **歯周病ってどんなもの？**  
本当は怖い歯周病の実態について

### たばこ



- ⑫ **おいしい空気の職場づくり**  
喫煙、受動喫煙の影響とは？
- NEW** ⑬ **出張禁煙相談（個別相談可）**  
禁煙方法や禁煙外来治療助成制度について

令和5年4月3日(月)～9月29日(金)

令和5年4月1日(日)～令和6年1月31日(水)

令和6年1月4日(木)～2月29日(木)

令和6年4月1日

合計500ポイントで認定！！

①エントリーする

※エントリーは、一度されると無期限有効です。

②健康づくりの実践

※取組み内容に応じて、ポイントが決まっています。

③市への報告

※毎年報告をしてください。なお、報告がない場合は、エントリーを取消します。

④認定

※認定期間：認定後1年間

ポイントの対象となる取組み

方針

No	取組み内容	ポイント	取組み例
1	健康保険者が実施する「健康宣言」へエントリーしている。	50	協会けんぽであれば、「ひろしま企業健康宣言」にエントリーしている
2	従業員の健康づくり担当者を決めている。	30	
3	従業員に対して健康づくりに関する情報提供を行っている。	50	・健康関連パンフレットの配布 ・ポスター掲示
4	病気の治療と仕事の両立の促進のための制度がある。	50	勤務時間内の通院の確保

健康診断の受診

No	取組み内容	ポイント	取組み例
5	特定健診受診率が95%以上～100%	200	特定健診（40歳以上）を受診する
6	特定健診受診率が70%以上～95%未満	150	
7	特定健診受診率が50%以上～70%未満	100	
8	特定健診受診率が30%以上～50%未満	50	
9	対象者の70%以上が、各種がん検診を受診している。	50	人間ドック等を受診する
10	従業員の70%以上が、定期的に歯科受診している。	50	40歳・50歳・60歳は市の節目歯周疾患健診を活用する。
11	健診結果から、医療を必要とする者に対して、受診勧奨をし、受診状況を確認している。	50	要医療者へ、受診勧奨の声掛けを行う。

食習慣

No	取組み内容	ポイント	取組み例
12	事業所独自に、間食・甘味飲料の過剰摂取を抑制する環境整備をしている。	30	自動販売機の飲料の種類の設定
13	事業所独自に、食育に取り組んでいる。	30	社員食堂で野菜たっぷりメニューを提供

メンタルヘルス

No	取組み内容	ポイント	取組み例
14	ストレスチェックを実施し、従業員の体調観察に活用している。	50	<ストレスチェックの一例> <a href="https://stresscheck.mhlw.go.jp/index.html">https://stresscheck.mhlw.go.jp/index.html</a> (厚生労働省/ストレスチェックダウンロード)
15	健康相談を受けやすい体制や制度がある。	50	月1回健康相談を実施している。

運動習慣

No	取組み内容	ポイント	取組み例
16	従業員に対して、週1回の運動機会を提供している。(※)	50	(※) 6か月以上継続しているものに限る。 ・昼休憩にいきいき体操ひがしひろしま、ラジオ体操等を実施している。 ・エレベーターは使わず、階段を使う。 ・万歩計を使用している。
17	従業員に対して、週2回の運動機会を提供している。(※)	100	
18	従業員に対して、週3回以上の運動機会を提供している。(※)	150	

受動喫煙防止対策

No	取組み内容	ポイント	取組み例
19	法令に準じた受動喫煙対策を行っている。	50	<a href="https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000189195.html">https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000189195.html</a> (厚生労働省/受動喫煙対策)
20	事業所独自の受動喫煙防止対策を行っている。	100	法令では建物内禁煙であるが、敷地内完全禁煙としている。
21	「チームfun禁煙東広島」にエントリーしている人がいる。	50	受付日：令和5年7月10日～8月10日 取組期間：令和5年9月1日～11月30日
22	「チームfun禁煙東広島」で禁煙を達成した。	100	チームで禁煙達成し、参加チーム合同の禁煙達成の報告会に参加する。

その他

No	取組み内容	ポイント	取組み例
23	健康づくりに関する団体への登録をしている。 ※1種類あたりのポイント	50	・「がん検診に行こうよ」推進会議（広島県） ・健康生活応援店（広島県）等
24	「職場で健康講座」を受講する。 ※上限年2回、1回あたりのポイント	50	
25	市が主催する健康づくりに関する講演会やセミナーに参加する。※1回あたりのポイント	50	がん予防講演会、健康経営セミナー等