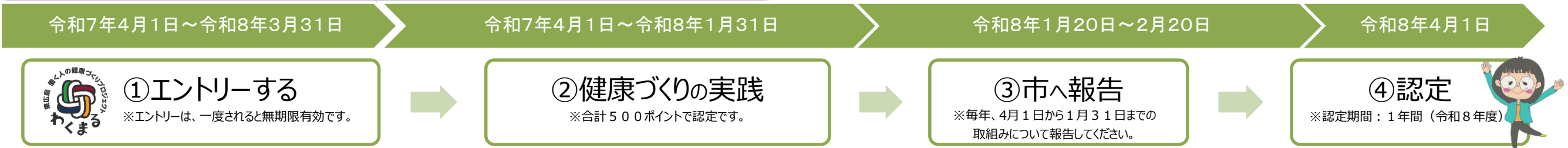


「働く人の健康づくりプロジェクト認定事業所」 認定までの流れ

令和 7 年度



ポイントの対象となる取組み

▶ 方針

No	取組み内容	わくまる 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。	100	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。	50	健康経営成功のためにオススメです
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。※1回あたりのポイント	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。	150	勤務時間内の通院の確保
5	従業員の健康課題を把握・整理している。	150	肥満者が多い、喫煙者が多い、など

▶ 健康診断の受診

No	取組み内容	わくまる ポイント	取組み例
6	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
7	特定健診受診率が70%以上～95%未満	150	
8	特定健診受診率が50%以上～70%未満	100	
9	特定健診受診率が30%以上～50%未満	50	
10	対象者の70%以上が、各種がん検診を受診し ている。 ※1種類あたりのポイント	50	人間ドック等を受診する 市の元気すこやか健診を活用する
11	従業員の54%以上が、 年に1回以上歯科受診している。	150	20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳 は市の節目歯周疾患健診を活用する
12	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

▶ 喫煙（受動喫煙防止対策／禁煙支援）

No	取組み内容	わくまる ポイント	取組み例
13	法令に準じた受動喫煙対策を行っている。	50	https://www.mhlw.go.jp/stf/seisak unitsuite/bunya/0000189195.html （厚生労働省／受動喫煙対策）
14	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。
15	禁煙希望者への禁煙支援をしている。	100	禁煙相談会、禁煙外来助成制度の案内 をしている。

▶ 食習慣／飲酒

No	取組み内容	わくまる ポイント	取組み例
16	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。	150	自動販売機の飲料の種類の選定
17	事業所独自に、食育に取り組んでいる。	50	・社員食堂でメニューの栄養成分表示 ・売店等で減塩の食品を扱う
18	適正飲酒の情報提供をしている	50	休肝日や節度ある適度な飲酒の周知

▶ 運動習慣

No	取組み内容	わくまる ポイント	取組み例
19	従業員に対して運動の機会を提供している。 (※)	週1回につき 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 ・職場における階段利用の呼びかけ ・30～60分に1回は立ち上がることを推奨
20	腰痛予防・座りすぎ防止の啓発をしている。	100	
21	日常生活における歩数が増えるような取組をし ている。	100	

▶ メンタルヘルス／休養

No	取組み内容	わくまる ポイント	取組み例
22	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＞ https://stresscheck.mhlw.go.jp/index.html （厚生労働省／ストレスチェックダウンロード）
23	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 ・市の「こころの相談室」を案内している
24	ワーク・ライフ・バランスが取れる仕組みがある ※1項目あたりのポイント	50	・ノー残業デーを推進している。 ・独自に年次有給休暇取得促進している。 ・週60時間以上の労働にならないよう 配慮している。

▶ その他

No	取組み内容	わくまる ポイント	取組み例
25	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
26	「職場で健康講座」を受講する。	50	※上限年2回、1回あたりのポイント
27	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	・骨粗しょう症予防講演会 ・ゲートキーパー養成講座 等
28	東広島市健康づくり公式アカウントをフォローしている	50	Instagramアカウント hgh.city.kenkou