

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> 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)
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。
17	従業員に対して、週2回の運動機会を提供している。(※)	100	・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。
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	・万歩計を使用している。

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	https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000189195.html (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