

健康宣言前の自己点検シート①

以下の自己点検シートを使って貴事業所の取り組み状況を確認し、健康課題の抽出や施策検討にご活用ください。取り組み例は一例ですので、詳細は経済産業省のHPでご確認ください。
 疑問点があれば、中央建設国民健康保険組合 健康経営実践サポート事務局(TEL：050-3623-2899)にお問合せ下さい。

< 必須項目 >

※健康経営優良法人認定制度及び中建国保が推進する取り組みとして、①～⑪の全項目の実施が必要となっています。

①健康宣言の社内外への発信	保険者(以下、中建国保)のサポートを受けて健康宣言を行い、社内外へ周知する(事業所の掲示板、ホームページなどを活用)。	<input type="checkbox"/>	
②事業主自身の健診受診	事業主は年に1回定期的に健診を受診している。	<input type="checkbox"/>	
③健康づくり担当者の設置	健康経営を組織全体で取り組むために、すべての事業場で健康経営責任者である事業主と連携して推進する担当者を任命している。	<input type="checkbox"/>	
④定期健診受診率(実質100%)	(やむを得ない理由がある者を除き)定期健診における直近の受診率が100%である。 または、 (やむを得ない理由がある者を除き)直近の受診率が95%以上で、未受診者に対しては早期に受診するように受診勧奨を行っている。	<input type="checkbox"/>	
⑤全ての従業員の健診データを中建国保へ提供	中建国保に対し、全ての従業員の健診データを提供している。 または、 中建国保からの求めに応じ全ての従業員の健診データを提供する意思表示を行っている。	<input type="checkbox"/>	
⑥受診勧奨の取り組み ※右記項目の少なくとも1項目以上	<ul style="list-style-type: none"> 再検査等に要する時間の出勤認定や特別休暇付与。 再検査、精密検査が必要な従業員に対して受診報告を義務化。 がん検診などの任意検診への費用補助。 定期健康診断に種々の検診をオプションとして付加できる医療機関と契約。 	<input type="checkbox"/>	
⑦健康課題に基づいた具体的目標の設定	従業員の健康課題を踏まえ、健康保持・増進、過重労働防止等に関する計画を策定し、計画の実施主体や担当者、目標の期限や達成スケジュールを具体的な数値で定めている。	<input type="checkbox"/>	
⑧保健指導の実施	保健指導が必要と判断された従業員に対する保健指導の機会を提供している。保健指導の実施を促すため、就業時間認定または特別休暇認定、指導のための場所の提供等を行っている。	<input type="checkbox"/>	
⑨受動喫煙対策	【職場における受動喫煙防止の取り組み】 ※3つの項目全て該当する必要あり。	<ul style="list-style-type: none"> すべての事業場において、敷地内禁煙、屋内全面禁煙、敷地内での空間分煙のいずれかに該当する。 喫煙室を設置する場合、非喫煙場所にたばこの煙がもれないように措置を講じる。 健康増進法の一部を改正する法律による改正健康増進法において求める受動喫煙対策の遵守にむけた取り組みを行うことを、誓約書により誓約する。 	<input type="checkbox"/>
	【従業員の喫煙率低下への取り組み】 ※少なくとも1項目以上	<ul style="list-style-type: none"> たばこの健康影響についての教育・研修 喫煙率を下げることを目的とした継続的な保健指導の実施 禁煙外来治療費の補助 禁煙補助剤の無償支給や購入費支給 禁煙達成者に対する表彰やインセンティブの付与 健康経営の取り組み後の結果を基に、生活習慣等の改善状況の把握や効果検証等を行う。 非喫煙者に対する継続的なインセンティブの付与(手当や有給の特別休暇・休憩時間など) 就業時間中禁煙の社内制度化 	<input type="checkbox"/>
⑩健康経営の評価・改善	健康経営の取り組みを実施後、取り組み結果を基に、生活習慣等の改善状況の把握や効果検証等を行っている。	<input type="checkbox"/>	
⑪法令遵守・リスクマネジメント ※右記項目の全項目が必須事項	「労働安全衛生法」第66条に基づき、健康診断を実施している。	<input type="checkbox"/>	
	「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、保険者は40歳以上の加入者に対して特定健康診査と特定保健指導を行っている。	<input type="checkbox"/>	
	注：④⑤⑧の取り組み及び労働安全衛生法上の健康診断を実施している場合、この項目は満たしています。		
	従業員が50人以上の事業場は、「労働安全衛生法」第66条の10に基づき、ストレスチェックを実施する。	<input type="checkbox"/>	
	(2022年4月1日より申請日までに、次の項目に該当しないこと)	<input type="checkbox"/>	
	・従業員の健康管理に関する法令にかかる違反により、送検されている、行政機関により法人名が公表されている、または是正勧告を受けたが是正措置を講じていない。	<input type="checkbox"/>	
	・長時間労働等に関する重大な労働基準関係法令の同一条項に同一の事業場において是正勧告書で繰り返し指摘されている。	<input type="checkbox"/>	
・違法な長時間労働を繰り返し行う事業所に対する都道府県労働局長による是正指導の実施に基づき事業所名が公表されている。	<input type="checkbox"/>		
・労働安全衛生法第78条に基づき、厚生労働大臣により特別安全衛生改善計画作成が指示され、当該改善計画に基づき改善を行っている期間中である。	<input type="checkbox"/>		
・労働施策総合推進法、男女雇用機会均等法、育児・介護休業法に係る違反により、勧告を受けている。	<input type="checkbox"/>		

健康宣言前の自己点検シート②

以下の自己点検シートを使って貴事業所の取り組み状況を確認し、健康課題の抽出や施策検討にご活用ください。取り組み例は一例ですので、詳細は経済産業省のHPでご確認ください。
 疑問点があれば、中央建設国民健康保険組合 健康経営実践サポート事務局(TEL：050-3623-2899)にお問合せ下さい。

< 選択項目 >

※健康経営優良法人制度では①～⑪のうち少なくとも3項目以上（②～⑤のうち1項目以上、⑥～⑪のうち2項目以上、を含む）の実施が必要となっています。

①50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施	「労働安全衛生法」第66条の10に準じたストレスチェックを実施している。	<input type="checkbox"/>
②管理職又は従業員に対する教育機会の設定 (ヘルスリテラシーの向上) ※右記項目の少なくとも1項目以上	【研修等による場合】 <ul style="list-style-type: none"> ・中建国保の支部・出張所で開催する食生活改善や運動習慣化などの健康づくり教室への参加。 ・管理者向けのメンタルヘルスラインケア講習実施。 ・従業員向けの禁煙セミナー実施。 ・健康知識等の向上に関する研修や検定等の受講。 ・病気の治療と仕事の両立に関する研修の実施。 【定期的な情報提供による場合】 <ul style="list-style-type: none"> ・月に1回以上の頻度で、健康づくり担当者が回覧等により健康をテーマとした情報を従業員に周知(掲示による周知は不可)。 	<input type="checkbox"/>
③適切な働き方実現に向けた取り組み ※右記項目の少なくとも1項目以上	<ul style="list-style-type: none"> ・定時消灯日・退休日(ノー残業デー等)の設定。 ・業務繁忙に応じた休業日や所定労働時間の設定。 ・年次有給休暇の取得を促進する取り組み。 ・勤務間インターバル制度の導入。 ・長時間労働をしている部署の上司や部署に対するペナルティの設置(超過勤務時間の把握のみでは不適合)。 	<input type="checkbox"/>
④コミュニケーションの促進 ※右記項目の少なくとも1項目以上	<ul style="list-style-type: none"> ・事業所におけるフリーアドレス(固定席の廃止)の導入。 ・コミュニケーション促進を目的としたイベントの実施(社員旅行や運動会・家族交流会、誕生日など)。 ・社内ブログ、SNSやアプリ等のコミュニケーション促進ツールの利用。 	<input type="checkbox"/>
⑤私病等に関する復職・両立支援(メンタル不調を除く) ※右記項目の少なくとも1項目以上	<ul style="list-style-type: none"> ・本人の状況を踏まえた働き方(配置転換、勤務内容、勤務時間、時差出勤、勤務地「在宅勤務」)の策定。 ・傷病をかかえる従業員、配慮や支援を行う管理職や周囲の同僚への相談窓口を設置(社内窓口、公的窓口、保険の付帯サービス等)。 ・入院治療や通院のために、年次有給休暇とは別に傷病休暇・病気休暇を取得できる制度の整備(有給・無給問わず)。 ・勤務時間内に通院可能な環境の整備(通院時間の就業時間認定や1時間単位での年次有給休暇取得制度等)。 ・保険加入による治療費や休業補償等の金銭補助(中建国保からの傷病手当金等は除く)。 	<input type="checkbox"/>
⑥食生活の改善 ※右記項目の少なくとも1項目以上	<ul style="list-style-type: none"> ・健康意識の向上のため、自動販売機等の飲料の内容を低糖・低カロリーのものに変更。 ・野菜摂取量の増加のため、健康に配慮した仕出し弁当の利用促進。 ・食生活改善に向けたアプリ提供、カロリー記録等のサポートの実施。 	<input type="checkbox"/>
⑦運動機会の増進 ※右記項目の少なくとも1項目以上	<ul style="list-style-type: none"> ・運動習慣定着のため、徒歩や自転車での通勤環境の整備。 ・運動不足解消のため、職場でのラジオ体操やストレッチの実施(就業時間内)。 ・職場外のスポーツクラブなどと利用提携、費用補助。 	<input type="checkbox"/>
⑧女性の健康保持・増進 ※右記項目の少なくとも1項目以上	<ul style="list-style-type: none"> ・婦人科検診を受けやすい環境の整備。 ・生理休暇等を取得しやすい環境の整備(有給化や、管理職への周知徹底など)。 ・妊娠中の従業員に対する業務上の配慮(健診時間の確保、休憩時間の確保、通勤負担の緩和等)の社内規定への明文化と周知。 ・従業員や保健師等による女性の健康専門の相談窓口の設置。 	<input type="checkbox"/>
⑨従業員の感染症予防 ※右記項目の少なくとも1項目以上	<ul style="list-style-type: none"> ・予防接種時間の出勤認定、予防接種場所の提供。 ・感染拡大時の事業継続計画の策定。 ・換気設備や換気ルールの導入など、職場の環境整備を行っている。 	<input type="checkbox"/>
⑩長時間労働者への対応に関する取り組み	・長時間労働者(超過勤務80時間を超える者、あるいは月80時間未満で各社が定めた基準を超える者)が発生した場合(管理職含む)の過重労働防止に向けた具体的な対策等を事前に定めている。	<input type="checkbox"/>
⑪メンタルヘルス不調者への対応	<ul style="list-style-type: none"> ・メンタルヘルスに関する相談窓口の設置及び周知(中建国保の健康電話相談室の周知など)。 ・対象者には定期的な医療従事者(第三者)の面談。 	<input type="checkbox"/>