

## 健康づくりサポートメニュー(無料)

### 「事業所カルテ」

#### 【協会けんぽ加入事業場】

貴社の健診受診率や生活習慣病リスクなどを協会けんぽ全支部や沖縄支部、同業態と比較した「事業所カルテ(健康度診断結果)」を毎年提供します。健康課題の把握にご活用ください。

\* 被保険者数などにより、ご提供できない場合があります。

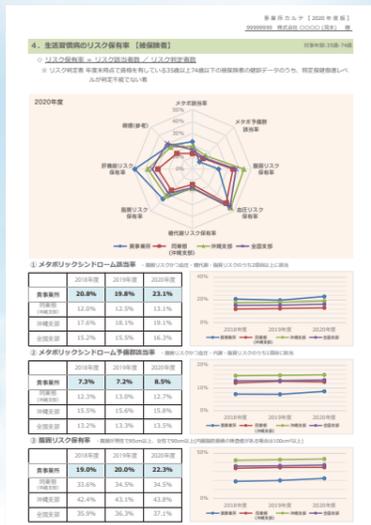
#### 【協会けんぽ以外の場事業】

個人が特定されない範囲の健診情報を別途「健診情報提供書」として協会けんぽへ提供いただくことで、活用することができます。

\* ご提供いただく内容：自社の健診受診者数と生活習慣病に関する検査項目の有所見者数、喫煙者数等

\* 事業所カルテは協会けんぽ加入事業場でも健康保険の適用事業場単位で作成しております。

営業所・支店等で宣言された場合は、事業所カルテがご提供できないことをご了承願います。



### 「うちなー健康経営ニュースレター」

健康に関する情報、健康づくりに積極的に取り組む宣言事業場の好事例などをご紹介します。

### 「がんじゅう沖縄(メルマガ)」

希望される方に産業保健に関する最新情報を毎月提供します。



### 「健康づくりのアドバイス」



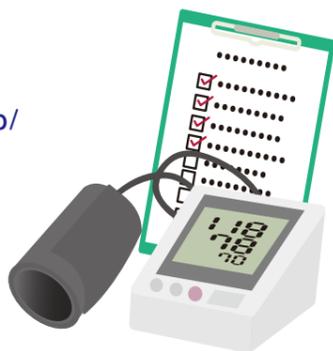
協会けんぽの保健師や管理栄養士などの専門スタッフが、事業場の健康づくりへの取り組み課題について、相談に対応します。お気軽にご利用ください。

### 「その他」

【沖縄県医師会】 <http://www.okinawa.med.or.jp/>  
・ 医師による高血圧予防などの健康講話や健康相談を行います。

【沖縄産業保健総合支援センター】 <https://www.okinawas.johas.go.jp/>  
・ 50人未満の事業場向けに、健康診断で有所見となった従業員の必要な措置について、医師からの意見聴取ができます。  
・ 保健師が事業場を訪問し、保健指導や健康講話を行います。  
・ 産業保健に関する様々なテーマの研修を行っています。  
・ メンタルヘルス対策、治療と仕事の両立支援に関する相談に対応いたします。

【協会けんぽ】 <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/okinawa/>  
\* 原則、加入事業場への支援  
・ 保健師・管理栄養士が事業場を訪問し、特定保健指導や健康講話を行います。  
・ 事業場内に展示して、健康への意識を高めてもらえるようなフードモデル(食品模型)や脂肪1kg実物大モデル、禁煙指導用肺モデル等のレンタルをいたします。



# うちなー健康経営宣言!

沖縄県内の働き盛り世代における健康づくりをサポートするため、令和3年3月に関係機関5者『沖縄県・沖縄労働局・沖縄県医師会・沖縄産業保健総合支援センター・全国健康保険協会(協会けんぽ) 沖縄支部』にて包括的連携に関する協定を締結しました。これを機に、沖縄労働局で行っていた「ひやみかち健康宣言」と協会けんぽ沖縄支部の「福寿うちなー健康宣言」を「うちなー健康経営宣言」に統一し、令和3年4月1日より関係機関一体となって健康経営®(※)に取り組む事業場をサポートいたします!

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。



## 健康経営とは

従業員の健康を重要な経営資源と捉え積極的に従業員の健康増進に取り組む企業経営スタイルのことです。



## 健康経営実践のポイントは2つ

- POINT 01 事業場の代表者が健康経営を実践することを決意し、それを社内外に広く公表すること
- POINT 02 健診結果に基づき、事業場の健康課題を抽出し、その課題を改善するための効果的な取り組みを実践していくこと

### 健康経営宣言の見える化

沖縄労働局のホームページに事業場名や事業場全体の取り組み内容(代表者メッセージ)等を掲載することで、貴社が健康経営を実践している事業場であることを見える化(可視化)します。

### 健康課題等の把握

協会けんぽが保有する健診結果(注)を活用して、年に一度「事業所カルテ」を発行します。このカルテにより事業場の健康課題の把握や、取り組み後の改善効果を確認することが可能となります。

(注) 協会けんぽ加入以外の事業場は個人情報上の問題のない健診結果情報を提供していただくことが前提となります

貴事業場

「うちなー健康経営宣言」では、実践のサポートが受けられるため、効果的に健康経営に取り組むことができます!

健康づくりサポートは5者で行います!

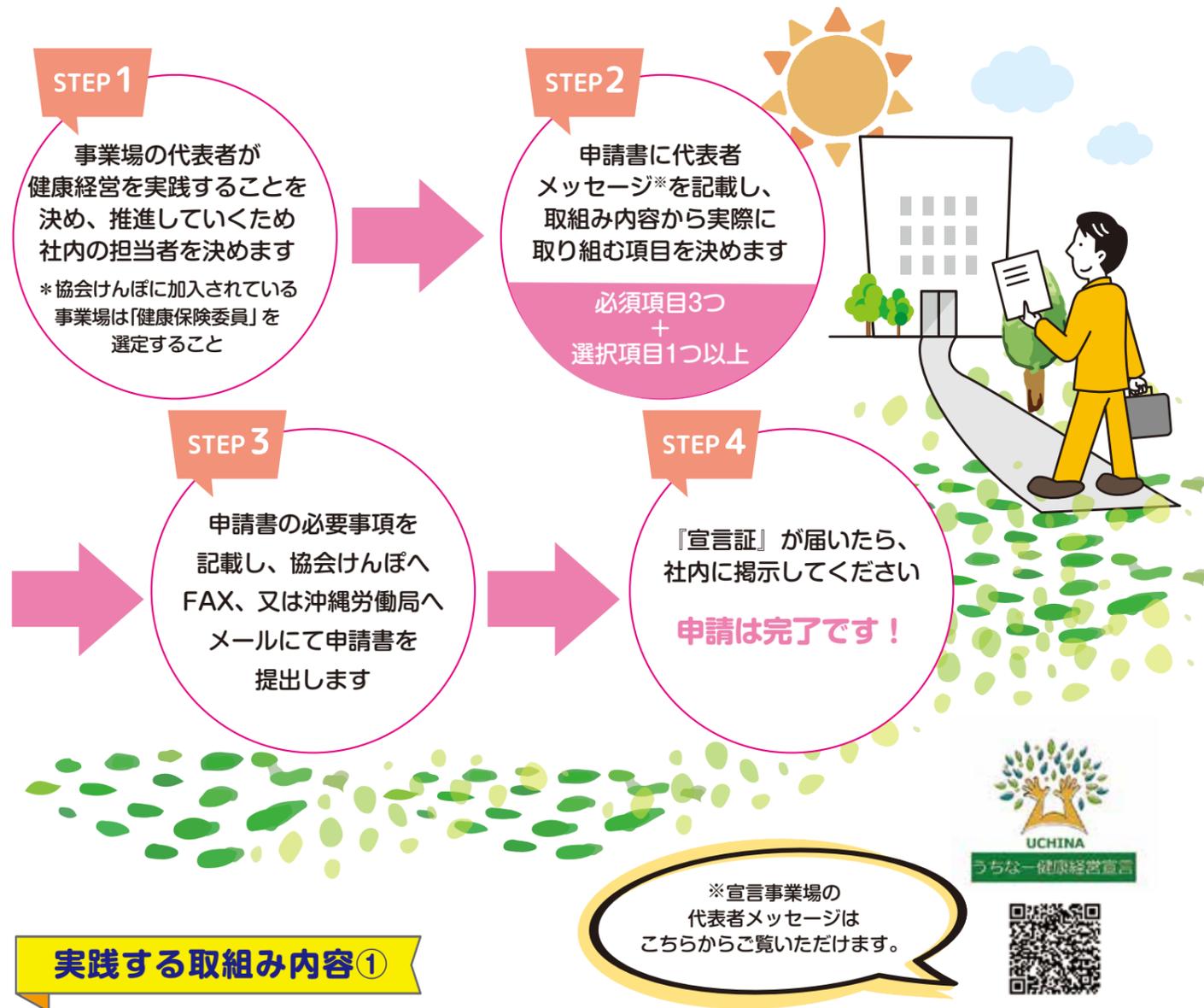
## お問い合わせ先

全国健康保険協会 沖縄支部 TEL 098-951-2211(音声ガイダンス4)  
沖縄労働局 健康安全課 TEL 098-868-4402



## 申請の流れ

取組みはサポートメニューも活用しながら実践へ!!



## 実践する取組み内容①

取組み内容は、必須項目と選択項目があります。選択項目は1つ以上を選んでいただきます。

### 必須項目

次の3つは、法律に基づき必ず取り組んでいただく内容です (注)

- \* 労働安全衛生法や高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、年1回以上該当する従業員全てに健康診断を受診させる
- \* 健康診断の結果、健康保持に努める必要がある従業員に対し、保健指導又は特定保健指導を受けさせる
- \* 健康診断の結果、有所見となった従業員の必要な措置について、医師の意見を聴いた上で、就業上の必要な措置を行う (労働者50人未満の事業場は地域産業保健センターをご利用いただけます)

(注) 「労働安全衛生法」や「高齢者の医療の確保に関する法律」が適用される事業場

## 実践する取組み内容②

### 選択項目

次の①から⑬までの中から、取り組む内容を1つ以上選んでください。  
取組み例を参考に自社の健康課題や取り組みそうなことからスタートしてみましょう!

	選択項目	取組み例	おすすめポイント
①	健康診断結果において、再検査や治療を要請されたら、必ず受診させ、その報告を提出させることについて、就業規則に盛り込む	・該当する従業員に再検査や治療等の受診をさせ、その報告を提出させる	就業規則に盛り込むことで、全社員が健康問題に取り組まなければならないことについて「見える化」することができ、また担当者が代わっても継続させることができます
②	従業員の家族の健診受診を奨励する	・従業員から家族に受診の声掛けをする ・協会けんぽと事業場代表者との連名で受診勧奨文を個別通知する	ご家族がともに健康であることは安心して働く上でも重要な取組みです
③	健康増進に関する数値目標を設定する (任意)	・全従業員1日8,000歩以上歩く ・メタボリスクを前年度より5%減少させる	事業所カルテを活用し健康課題を把握すると具体的な数値目標が立てやすくなります
④	従業員に対して、健康意識を向上させる取り組みを行う	・朝礼や会議、回覧等で健康に関する情報発信 ・栄養や運動、飲酒やメンタルヘルス等に関する研修会の実施	産業医や産業保健スタッフ、協会けんぽ等にご相談ください
⑤	食生活の改善に取り組む	・ヘルシー弁当の利用を勧める ・自販機の飲料は低糖・無糖へ変更する ・おやつのお買置き・配布をしない	メタボや血圧、血糖等の有所見者が多い事業場にお勧め!習慣を変えるきっかけづくりになります
⑥	運動機会の増進に取り組む	・職場で、時間を決めてラジオ体操を実施する ・スポーツクラブ等の利用補助	体調の確認、健康維持やリフレッシュ効果があり、取り組んでいる事業場が増えています
⑦	禁煙や受動喫煙防止に取り組む	・敷地内禁煙、屋内禁煙の実施 ・禁煙希望者へ禁煙外来費用の一部補助	法改正もあり、受動喫煙防止対策は徹底していきましょう
⑧	適正飲酒対策に取り組む	・就業前に呼気中アルコール濃度のチェックをする ・職場の飲み会は一次会までにする	肝機能リスクの高い事業場や車を運転する方が多い場合は積極的に取り組みましょう
⑨	血圧管理に取り組む	・血圧計を設置し、正常範囲の周知と就業前の測定により正常範囲を超えている場合は、上司へ報告をする ・高血圧者の体調確認や定期通院のための時間確保	沖縄県では高血圧関連の病気で65歳未満の方が他県より多く亡くなっています。血圧の有所見者が多い場合は事業場として高血圧対策を考えましょう
⑩	感染症予防に取り組む	・手洗い、消毒の奨励と衛生品の確保 ・マスク着用の励行 ・予防接種場所の提供、予防接種に係る時間の出勤扱い	感染症予防は従業員と顧客や関係先を守るためにも大切な取組みです
⑪	時間外勤務の縮減や有給休暇取得を促進する	・ノー残業デーの設定、年次有給休暇の取得を勧める	仕事と家庭生活の両立に向けた環境づくりにつながります
⑫	メンタルヘルス対策に取り組む	・メンタルヘルスに関する相談窓口の設置と周知 ・メンタルヘルス不調者への対応	職場の環境改善を目指し、沖縄産業保健総合支援センターを活用しましょう
⑬	治療と仕事の両立支援に取り組む	・治療と仕事の両立支援に関する相談窓口の設置と周知 ・両立支援担当者を対象にした研修の実施 ・両立支援に取り組む事業場の体制づくり、環境整備をする	治療と仕事の両立支援は社員の離職率の低下、生産性の向上につながります
⑭	その他 (任意で設定)		①~⑬に当てはまらない内容は、自由に設定してください

### 宣言後は...

積極的に取り組まれている事業場には申請により次のような認定・表彰制度があります!

- **沖縄県健康づくり表彰 (がんじゅうさびら表彰)**  
健康づくりに積極的に取り組み、顕著な実績を上げた事業場や地域団体を県知事が表彰します。
- **健康経営優良法人認定制度**  
経済産業省が創設した認定制度で、健康経営に取り組んでいる優秀な大企業や中小企業が、定められた基準に基づき認定されます。

沖縄県内においても表彰や認定を受けられた事業場が増えてきています。このような制度も視野に健康経営を進めてみてくださいね。