# 健康経営実践のための
# ハンドブック

函館市

# はじめに

本市の平均寿命および健康寿命は，ともに全国，全道平均よりも低く，死因の第１位であるがんの死亡率も全国より高い状況にあるほか，生活習慣の積み重ねが大きく影響している心疾患や脳血管疾患などの循環器疾患の死亡率も高い状況にあります。

生活習慣病予防のために，若い頃からの生活習慣が重要ではあるものの，現実では，生活における仕事の時間が多く占めており，職場における健康づくりの環境や体制が大きく影響すると思われます。

また，近年は生産年齢人口の減少，従業員の高齢化，人手不足を背景として，従業員の健康増進に企業全体で取り組むことを経営理念とする，『健康経営』という経営手法が注目されています。

『健康経営』は，働く「人」の能力を引き出し，業績向上や企業価値向上につながるほか，働く世代の健康増進とともに，将来的には健康寿命の延伸にもつながっていくことが期待されます。

このハンドブックが，『健康経営』の実践のために，少しでもお役に立てると幸いです。

HAKODATE

※「健康経営」は特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。

# 目 次


函館市が健康経営をすすめる理由 ・・・ 1

健康経営とその効果 ・・・ 3

健康経営をすすめるために ・・・ 7

健康経営の第一歩 “けんしん” 活用術 ・・・ 16

健康経営に役立つ制度 ・・・ 20

健康経営優良法人認定制度 ・・・ 24

健康経営優良法人の認定をサポートする資源等 ・・・ 29

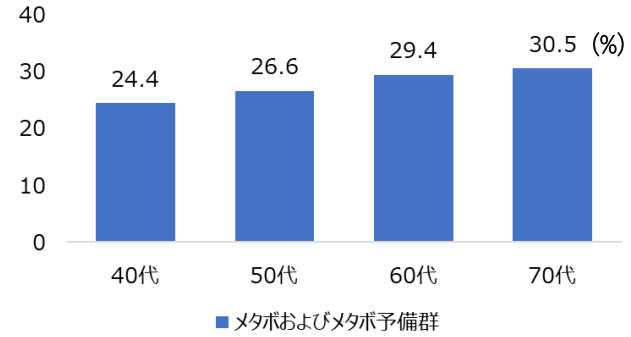
函館市の健康経営優良法人認定一覧 ・・・ 32

# 函館市が健康経営をすすめる理由

## 函館市における働く世代の現状

### メタボはすでに40歳から

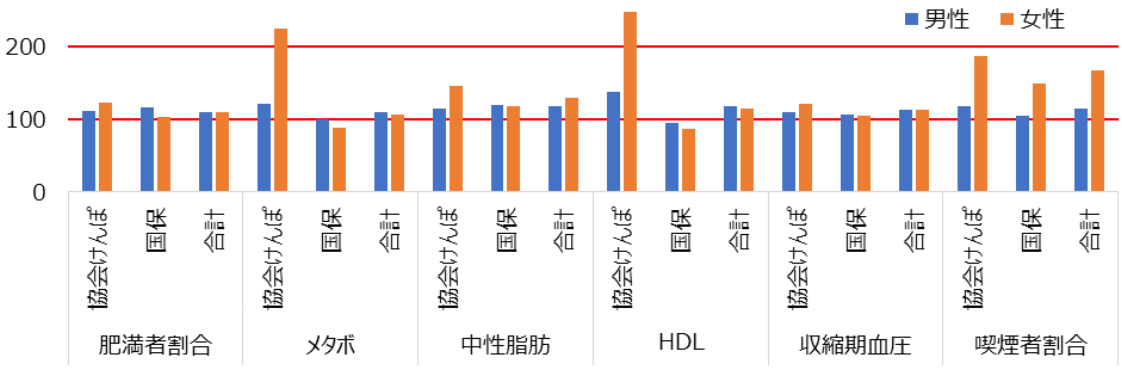
〇特定健康診査結果（R2函館市国保）




すでに40代の４人に１人は
メタボリックシンドロームかその予備群です。

### 健診の有所見者の割合が全国よりも高い

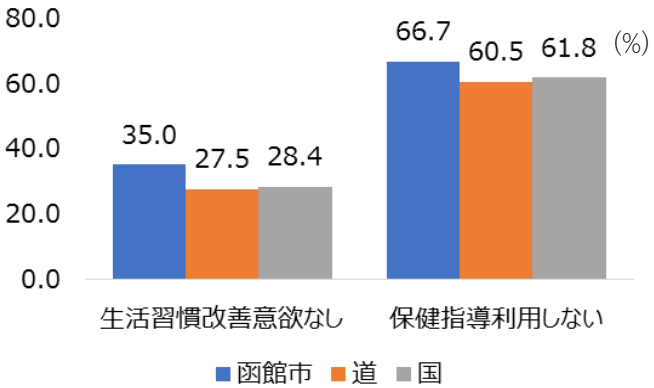
〇健診有所見者の割合（R2北海道健康課題見える化事業）※40～74歳の健診，全国が100




協会けんぽ，国保ともに全国より高い傾向です。働く世代の健康状態の改善が課題となっています。

### 健康に関心のある人が少ない

〇特定健康診査問診結果（R2函館市国保）

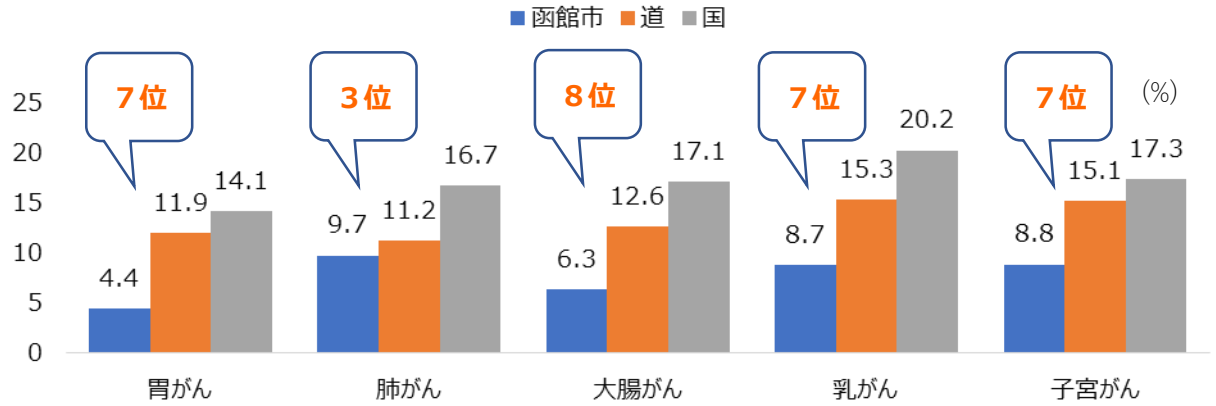



健診後は，
結果に応じて再検査などを受けたり，
生活習慣を見直すことが大切です！

## がん検診の受診率が低い

○がん検診受診率および道内主要都市における順位（R1算定基準は国保）

（主要9都市：旭川市，江別市，小樽市，帯広市，北見市，釧路市，札幌市，苫小牧市，函館市）

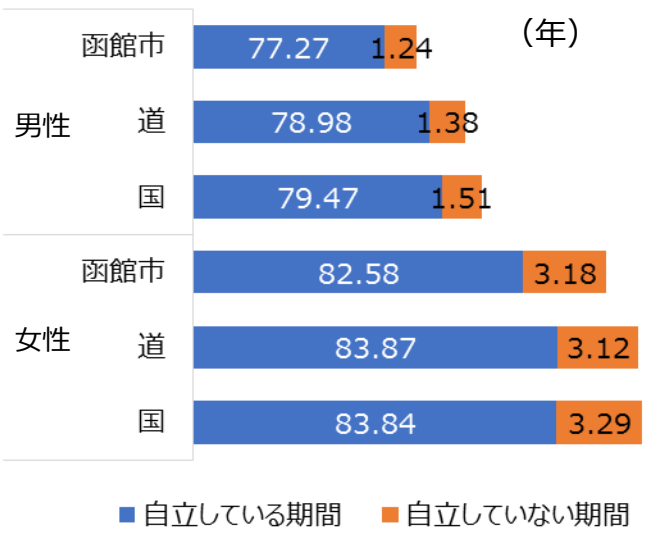



1位　（江別市17.1%）　（苫小牧市21.6%）　（苫小牧市17.1%）　（江別市34.7%）　（江別市33.5%）

がん検診を受けて，早期発見・早期治療につながると，本人や家族，
職場等の負担を最小限にすることが可能です。

## 健康寿命が短い

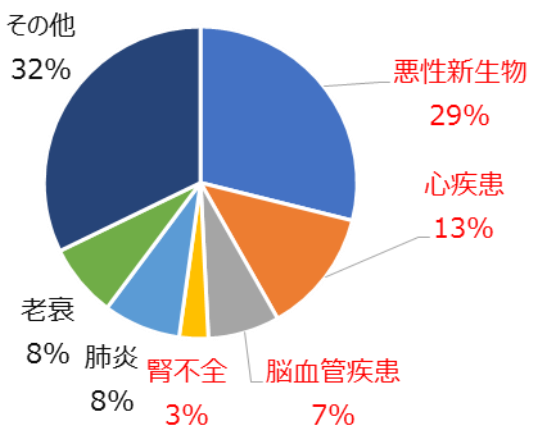
○日常生活動作が自立している期間の平均（H28）




筋骨格系の疾患や認知症のほか，
脳血管疾患などが原因となり，
日常生活に支障が起きています。

## 死因の約半数が生活習病に関連

○死因の割合（R1）




悪性新生物は，喫煙や多量飲酒，塩分の摂り過ぎなどの生活習慣が関わっています。
さらに，高血圧症，糖尿病，脂質異常症などが心疾患や脳血管疾患を引き起こします。

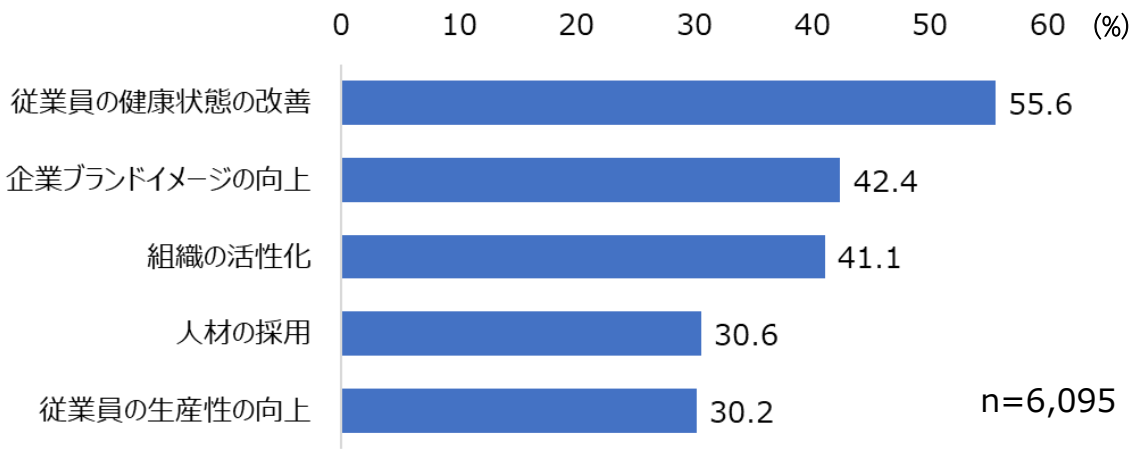
# 健康経営とその効果

## 健康経営とは

● 従業員などの健康管理を経営的な視点で考え，
戦略的に実践すること。

● 従業員と一緒に健康の維持や増進に取り組むことで，
企業の活性化やイメージ，業績を向上させていく取り組み。

## 健康経営を推進している中小企業が実感している効果




※健康経営優良法人2020（中小規模法人部門）の申請時アンケート（2019年10月末時点）から抜粋

# 健康経営はSDGｓの取組につながっていきます

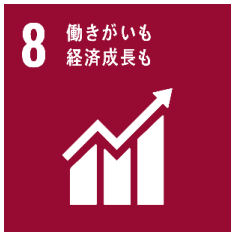
健康経営に取り組むことは，企業の経営課題が解消されて，
企業の持続的成長へ向かっていき，
さらには，SDGｓの目標のうち下の３つにつながっています。

目標３：保健

あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し，
福祉を推進する。

目標５：ジェンダー

ジェンダー平等を達成し，すべての女性及び女児のエンパワーメントを行う。




目標８：経済成長と雇用

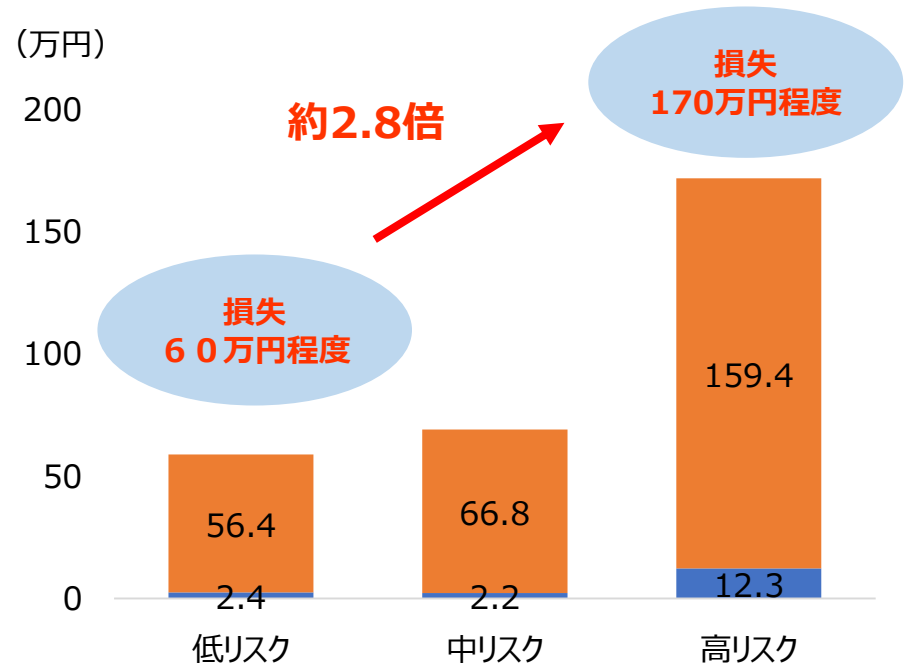
包摂的かつ持続可能な経済成長及びすべての人々の完全かつ生産的な雇用と働きがいのある人間らしい雇用（ディーセント・ワーク）を促進する。

参考：外務省パンフレット

# 健康リスクが高いと労働生産性の損失コストが高くなります！

健康リスク評価①～⑨のうち，０～２項目を低リスク，３～４項目を中リスク，５項目以上を高リスクに分けた時の労働生産性の損失コストを比較

①主観的健康感，②仕事満足度，③家庭満足度，④ストレス，⑤喫煙習慣，⑥飲酒習慣，⑦運動習慣，⑧睡眠習慣，⑨不定愁訴（原因がよく分からない体調不良）




■アブセンティーイズム：何らかの病気によって会社を休む状況

■プレゼンティーイズム：出勤はしているものの体調が優れず，生産性が低下している状態

出典：古井祐司・村松賢治・井出博生「中小企業における労働生産性の損失とその影響要因」
日本労働研究雑誌，2018を参考に作成

# 健康経営をすすめるために

## 健康経営の進め方

### 1「健康宣言」（理念・方針）の実施

健康経営を経営理念の中に明文化し，企業として取り組む姿勢を社内外に発信しましょう。
▶中小規模の企業は，協会けんぽ等の医療保険者が実施する「健康宣言」事業に参加しましょう。

### 2 実施できる環境を整える

経営層全体で取り組みの必要性を共有したり，担当者・担当部署を設置するなど，取り組みやすい体制をつくりましょう。

### 3 具体的な対策の実践

自社の健康課題を見つけ出し，目標を設定した上で施策を実行しましょう。

### 4 取り組みの評価

施策の効果を経営層を含めて確認し，現状の取り組みの評価を次の取り組みに生かしていきましょう。

# 地元企業の取り組み紹介

## 大鎌電気株式会社

### Ⅰ　健康経営優良法人に取り組むきっかけについて

2019年の夏頃に健康経営の認定があることを保険代理店の方に教えて頂きました。要件を見ると，既に弊社で取組んでいた会社の制度や仕組みで認定を受けられる可能性が高いことを知り，2020年から申請しています。

2018年に働き方改革関連法が成立し，2019年4月から順次施行が始まりました。弊社では施行に先立ち従業員がワーク・ライフ・バランスに合わせた働き方ができるように，2018年からさまざまな取組を始めました。

企業価値を高めるために下記の項目を取り組みました。

1.ISO9001・14001の取得
2.働き方の環境整備のため，北海道あったかファミリー応援企業
（※現　北海道働き方改革推進企業　認定）の登録
3.健康事業所宣言
4.SDGsの宣言
5.一般社団法人日本テレワーク委員会への加盟
6.会社のフリーアドレス化
7.書類の電子化
8.iPadを全社員に支給，コミュニケーションツールの導入

また,2019年には経営理念を新規に定義することで働くことの目的を社員全員で共有しました。

弊社の経営理念は以下です。

「社員の幸せと自己実現を第一に考え，仕事を通じて出会った全ての人の幸せ実現のために，一丸となり行動することで，世の中に貢献できる企業を創る」

会社の財産＝人財です。

人財が育てば，その分お客様へ質の高い技術を提供でき，地域貢献に繋がると考えております。社員が安心して，ワクワクしながら働ける環境を会社が準備して，社員間で人間力を高め合っていき，物心両面の豊かな人生を手に入れてほしいと願っています。そしてその輪がどんどん広がって，周りの環境が良くなる未来を想像し，創造できるよう，人材育成に力を入れております。

## Ⅱ　自社の主な取り組み

①終身医療・介護保険制度の導入
②GLTD保険制度の導入
③がん保険制度の導入
④M3 Patient Support Program制度の導入
⑤福利厚生クラブ制度の導入
⑥社屋での完全禁煙の実施
⑦社員全員健康診断&歯周疾患病検診の受診
⑧フリーアドレス導入
⑨女性用更衣室・男性用更衣室完備
⑩女性用トイレ・男性用トイレ完備
⑪働き方改革推進教育の実施
⑫健康経営教育の実施
⑬kintoneアプリを用いて自宅で検温報告・管理
⑭健康経営ゲーム・健康チェックカード心技体の実施

⑧固定のデスクを廃止し，フリーアドレスを導入

⑨女性更衣室・男性更衣室を完備し，より働きやすい環境へ。

健康経営ゲームとは健康の定義に沿って会社運営を疑似的に体験しながら，個人の健康状態が会社の業績に与える影響を実感できる体験型シミュレーションゲームで健康チェックカード心技体は自らの体を動かし，1グループ3～4名で競い合いながら，心身の健康状態を数値で「見える化」する体験型ツールです。代表の大鎌が健康経営ゲーム・健康チェックカード心技体の公認ファシリテーターの資格を取得し，社員全員に対して健康経営教育を行っています。

研修中は社員が自発的に動き回り，目標クリアにむけて協力する姿が見られ，社員間の積極的なコミュニケーションの場としても有効です。

⑬自宅で検温，アプリに入力することで，出勤前に体調の変化に気づくことができ，コロナ感染拡大の予防につながる。

# 株式会社川股設備工業

## Ⅰ　健康経営優良法人に取り組むきっかけについて

会社の財産である人材，会社の価値である技術サービス，会社の健全性である財政を育てることができなければ，これからの様々な時代の変化に順応していくことが出来ず，経営基盤の貧弱化につながることとなります。

2018年は「育てるそして育つ」を合言葉に意識改革を持って行動を実行し，その中でカワマタグループ健康経営を確立し，宣言することとしました。

健康経営優良法人認定を取得できるように働き方改革を継続的に整備していくこととなりました。

健康経営への取り組みとして，まずは，2017年12月27日「健康事業所宣言」を行いました。

また，翌年の2018年には健康経営優良法人2019の申請を行いました。

## Ⅱ　自社の主な取り組み

当社は2019年に認定を受け，2020年，2021年と3年連続で認定を受けることができました。

昨年度からは独自の「かかりつけ医」による遠隔診療のシステム（日頃からの血圧等のデータも蓄積することができます）導入や感染症等BCPを策定し，当社の安全の基準を明確化し，社員の健康と安全を守り，企業としての継続力を担保し，当社の安全，安心をお客様へ提供することが可能となりました。また，今年度の春には抗原検査を実施するなど様々な取り組みを継続しています。

また，各関係者の協力のもと，カワマタグループ全体でいち早くワクチン接種にも取り組みました。

抗原検査の実施

市の出前講座を活用した研修会

## Ⅲ　一緒に始めませんか？健康経営

健康経営は難しいものではありません。会社，従業員自らが動いて効果が出るものです。会社の従業員への健康投資と考え，今まで実施してきた健康診断等を徹底する，生活習慣改善推奨，運動の推進，喫煙対策，メンタルヘルス対策に取り組み，健康づくりメニューを実施するだけです。

当社は健康経営をひとつのツールとして捉え，企業価値を高める為に戦略，計画的に取り組んでいます。今年も色々な取り組みを実施，計画準備を行い，見直し，新しい企業価値を生み出す為，健康経営優良法人2022の申請を行いました。来年度は是非，皆さんも一緒に取り組みましょう。

# 株式会社近藤商会

## Ⅰ　健康経営優良法人に取り組むきっかけについて

人口減少やデジタル化を背景とし，2016年，創立70周年を機に新経営理念の制定ならびにオフィスリノベーションを実施しました。 社員がイキイキと働くウェルビーイング経営を宣言し，2017年「第30回日経ニューオフィス賞　北海道経済産業局長賞」，そして，これまでの取組みが認定基準に合致したため「2021健康優良法人ブライト500」を受賞しました。

弊社の経営理念＝「私たちは，常に明日を見据え，“最適な策„を提供できるオフィスのプロ集団となり，国家の繁栄に貢献し，全社員の物心両面の幸せを実現します」

近藤商会は，「ヒト・モノ・カネ・情報」４つの経営資源のうち，あえて「ヒト」を重視した経営を実践しています。特に「健康と教育」には徹底的に投資をする。最終的に，「心身共に強い社員の集団にする」事が会社の業績向上および永続発展に必ず結びつく！と信じ，健康経営に積極的に取り組んでいます。

## Ⅱ　自社の主な取り組み

①産業医契約，安全衛生委員会の開催(月1回)，全社員のストレスチェックの実施(WEB)
②敷地内及び車両内における全面禁煙の実施
③全員定期健診＆インフルエンザワクチン接種，生活習慣病健診（35歳以上），胃カメラ検査（希望者），役員PET検査＆脳ドック（３年毎）を全額会社負担で実施
④テレワーク７割を実施，在宅勤務が難しい社員向けにサテライトオフィスを設置
⑤各地スポーツジムの法人契約（家族も利用可），本店に卓球ルームを設置

サテライトオフィス

卓球ルーム

⑥全社員の事務用イスを高機能製品で統一（10万円程度/脚）

⑦マッサージチェア，仮眠スペース，血圧計常備のリラクゼーションルームを設置

⑧体調不良時の休養スペース（電動ベッド完備）2部屋を設置

リラクゼーションルーム

体調不良時の休養スペース

⑨有給休暇は原則として希望通り取得中

⑩オンライン勤怠システムを導入し，適切な残業時間管理を実施

⑪「心の癒しとAI研究の一環」として，ａｉｂｏを飼う

⑫女性社員向けに「気持ちも着替える」更衣室を設置，男性更衣室も新設

aiboのハッピー

女性更衣室

## Ⅲ　健康経営の取り組みによる効果

①残業時間は，2011年は平均72時間／月，2021年は平均20時間／月以内に減少

②社員の働く姿勢に変化。体調管理も仕事として捉え，疲れたらいつでも自由に設備を活用して休み，リフレッシュ したら再開する，メリハリのある働き方に変わった。

③儲からないイレギュラー業務をよりシンプルにし，仕事を属人化させずに誰でもカバーできる仕組み作りを進め，大幅な経費圧縮と労働時間短縮につながった。

④働く時間や場所を選択でき，育児・介護など諸事情に応じて働くことが可能になった。

※一例として，芦別市で親の介護のため２週間テレワーク勤務の実績あり

⑤新聞他メディア取材，講演依頼が増加し，企業イメージの向上，営業基盤の拡大につながっている。

⑥実体験に自信を持つ社員が増え，事業活動が活性化している。

# 道南いさりび鉄道株式会社

## Ⅰ　健康経営優良法人に取り組むきっかけについて

安全衛生委員会で産業医の先生より，経済産業省が健康経営を推進し注目されるようになってきたことや従業員の健康管理をすることで企業価値を上げたり，生産性の向上に繋がることを教えていただいたことがきっかけです。当社として従業員の健康管理に取り組むことは将来の人材確保に繋がると考え，健康経営に取り組む事と致しました。

## Ⅱ　自社の主な取り組み

1　従業員の健康課題の把握と必要な対策の検討

①　従業員の健康診断の受診（受診率１００％）

・全従業員が受診するため，勤務調整を実施し，期間内での受診を完了しています。

・生活習慣病等を持つ従業員には，産業医との面談を実施し，必要に応じて紹介状を発行して受診勧奨を行ったほか，未受診の従業員に対する個別の声かけなどを行った結果，受診率は１００％となっています。

2　健康経営の実践に向けた土台作り

①　ワークバランスの推進として適切な働き方の実現に向けた取り組み

・全従業員へ対して「厚生労働省の事業所で行うストレスチェック」を実施しています。

・従業員個々の労働時間を箇所毎に把握することで，業務を平準化し超過勤務時間削減と年次有給休暇の取得を促進し生活時間の確保に努めています。

3　従業員の心と身体の健康づくりに関する具体的対策

①　具体的な健康保持増進施策で長時間労働者への対応に関する取り組み

・産業医との面談による指導

・上司による面談と指導の実施

・安全衛生委員会における超過勤務時間の状況改善を目的とした，所属長などへの指導を行っている

②　運動機会の増進に向けた取り組み

・毎朝始業前の鉄道体操による傷害事故や腰痛防止

・産業医・保健師による女性の健康相談を年一回実施している。

③　メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組み

・相談窓口を設置して従業員への周知を実施

④　感染症予防に関する取り組み

・インフルエンザワクチン予防接種費用の一部補助を実施

・ワクチン接種及び副作用が発生した場合及び，家族が感染した場合又は感染疑いの際の勤務の取扱いについて従業員への周知

・全事業箇所において感染予防策を実施している。

・アルコール消毒液の設置，執務室における各デスクに感染防止パーテーションの設置や抗ウィルスコーティングの実施

・道南いさりび鉄道線を運行する列車の車両内及び，駅自動券売機等については，定期的に抗ウィルスコーディングを塗布した感染防止対策を実施および各駅へのアルコール消毒液の設置

# 健康経営の第一歩 “けんしん” 活用術

## 定期健康診断の実施

・労働安全衛生法に基づく健診（義務）
・事業者が実施
・対象は全年齢

**「定期健康診断割引制度」**

函館商工会議所では，会員の方の健康管理の充実を応援しています。

https://www.hakodate.cci.or.jp/fukurikousei/medical

## 医療保険者へ定期健康診断の結果を提供しましょう

事業者は，医療保険者から40歳以上の従業員の定期健康診断結果を求められた場合は，医療保険者に提供しなければなりません。（高齢者の医療の確保に関する法律第27条）
健診結果の提供にあたっては，問診時に「服薬歴」と「喫煙歴」をご確認いただく必要があります。
医療保険者に結果を提供すると，特定健康診査を受けたことになり，
健診結果に基づき，医療保険者が実施する **特定保健指導** の対象者が抽出されます。
※特定健康診査等については次ページをご覧ください。

健診は受けっぱなしにせず，
結果に応じて，再検査などを受けたり，
生活習慣を見直すことが大切です！
特定保健指導の対象者がいたら，
しっかり利用を勧めましょう！！

**函館地域産業保健センターへの相談も可能です！**

産業医選任義務のない小規模事業場の相談窓口
○ 健康相談窓口の開設　○ 訪問による産業保健指導など

http://www.hakodate-med.org/sangyo.html

## 特定健康診査

特定健康診査は，高齢者の医療の確保に関する法律に基づき医療保険者が行うものです。

対象は４０～７４歳までです。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目して，

生活習慣病のリスクの有無を検査し，リスクのある方には生活習慣の改善のための

『**特定保健指導**』を受けていただくことを目的としています。

●厚生労働省HP
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000161103.html

## Q．医療保険者への健診結果の提供に，本人の同意は必要？

## A．法律に基づく項目であれば不要です。

高齢者の医療の確保に関する法律に基づく提供の義務が生じている項目

（特定健康診査の項目）のみ，本人の同意は不要です。

それ以外の項目の提供については，本人の同意が必要となります。

また，改正健康保険法等により，40歳未満についても，医療保険者から

事業者へ提供を求めることが可能となりました。

**▶ 個人情報の保護に関する法律（個人情報保護法）**

第23条第１項

個人情報取扱事業者は，次に掲げる場合を除くほか，あらかじめ本人の同意を得ないで，

個人データを第三者に提供してはならない。

１　法令に基づく場合

２　（以下略）

# がん検診の実施

実施については任意ですが，健康経営の観点からすれば，効果的な投資対象となり得ます。
検診でがんを早期発見することで，早期治療につながり，
本人や家族，職場等の負担を最小限にすることが可能です。
従業員が居住する市町村の検診を勧め，
その受診にかかる時間への配慮などから，始めましょう！

## 函館市のがん検診

- 函館市に住民登録があり，受診日の年齢が対象に達している方が受診できます。
  詳しくはホームページをご確認ください。
  https://hako-kenko.com/info/cancer/screening/#2

| | 項目 | 対象 | 受診間隔 |
|---|---|---|---|
| 胃がん検診 | 問診，胃部Ｘ線検査 | ３５歳以上 | １年に１回 |
| | 問診，胃内視鏡検査 | ５０歳以上 | ２年に１回 |
| 肺がん検診 | 問診，胸部X線および５０歳以上でハイリスクの者へは喀痰細胞診 | ４０歳以上 | １年に１回 |
| 大腸がん検診 | 問診，便潜血検査 | ４０歳以上 | １年に１回 |
| 子宮がん検診 | 問診，視診，子宮頸部の細胞診，内診など | ２０歳以上の女性 | ２年に１回 |
| 乳がん検診 | 問診，マンモグラフィなど | ４０歳以上の女性 | ２年に１回 |
| ※受診間隔が２年に１回のがん検診は，生まれ年（西暦）により受診できる年度が異なります。<br>※胃がん内視鏡検診を受診した翌年に，胃部Ｘ線検査を受診することはできません。 | | | |

| | |
|---|---|
| 問合せ先（共通） | 函館市保健福祉部健康増進課<br>０１３８－３２－１５１５ |

※医療保険者が実施する健康診断にがん検診がセットになっている場合があります。
詳しくは，ご加入の医療保険者へお問い合わせください。
例）協会けんぽ北海道支部『生活習慣病予防健診』
https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/hokkaido/cat040/hihokensya/20190406/

# 歯科検診の実施

○ 妊産婦および成人歯科検診

● 函館市に住民登録がある，妊産婦または４０歳以上の方が受診できます。
詳しくはホームページをご確認ください。
妊産婦：https://hako-kenko.com/info/dental/woman/
成　人：https://hako-kenko.com/info/dental/seijin/

○ 歯周病検診

● 函館市に住民登録がある，４０歳,５０歳,６０歳,７０歳の方が受診できます。
誕生日により受診できる年度が異なりますので，
詳しくはホームページをご確認ください。
https://hako-kenko.com/info/oral/examination/

| | |
|---|---|
| 問合せ先（共通） | 函館市保健福祉部健康増進課<br>０１３８－３２－１５１５ |

# 健康経営に役立つ制度

## 函館市の健康づくり事業

### ○ 出前講座

● 市内に在住または勤務する方で，おおむね１０人以上のグループを対象に，
市職員が講師として出向き，お申込みのあったテーマについてご説明します。
詳しくはホームページをご確認ください。
https://hako-kenko.com/for-companies/consultation/#01

健康づくり・健康増進をテーマとした講座の内容
（函館市保健福祉部健康増進課の職員が講師として出向きます。）

- 企業の健康経営
- 健診結果の見方と生活習慣病の予防
- がん予防とがん検診
- たばこと健康
- 健康づくりのための食事
- 若い女性の食生活
- 函館市食育推進計画

※ 健康づくり・健康増進をテーマとした内容であれば，記載の内容以外での講座も可能です。
詳しくは，健康増進課までお問い合わせください。

### ○ 口腔保健推進事業（歯科医師派遣）

● 市内の介護施設，企業・団体などからのご依頼により，歯科医師を派遣し，
オーラルフレイルの予防，口腔ケアの重要性等の講話や歯科相談などを行います。
お申込みが必要ですので，詳しくはホームページをご確認ください。
https://hako-kenko.com/for-companies/consultation/#02

## ○ はこだて健幸アプリ ～Hakobit（ハコビット）～

- 函館市では，令和４年５月にウォーキングや健康手帳の機能を備えた，市民の健康づくりにつながる活動を楽しく管理できるアプリをリリースしました。
  個人・事業所の単位にかかわらずイベントなどに参加することで，健康づくりに活用できます。https://hako-kenko.com/hakobit/

## ○ はこだて市民健幸大学

- 函館市民を対象とした，元気いっぱいのすこやかライフを目指す参加型イベントです。
  ウォーキングイベントなどのプログラムの実施や講演会の開催などを行っています。
  詳しくはホームページをご確認ください。
  https://hako-kenko.com/event/

はこだて市民健幸大学

## ○ はこだて健幸応援店

- 市内の飲食店等で栄養バランス等に配慮した食事提供の場を増やし，市民の健康的な選択や家庭での実践につながる仕組みを作ることを目的として募集し，登録されたお店です。
  市民に向けて，市が提供する健康情報等の発信を行っています。
  登録店についての情報は，ホームページをご確認ください。
  https://hako-kenko.com/info/food/restaurant/

### 「はこスマセット」&「ベジプラ！楽うまレシピ」

はこだて健幸応援店の一部店舗では，
健康に配慮したポイントがあるメニューを「はこスマセット」，
野菜をメインに使った簡単な調理で作ることができる料理のレシピを「ベジプラ！楽うまレシピ」とし，提供しています。
詳しくはホームページをご確認ください。
https://hako-kenko.com/info/food/

| | |
|---|---|
| 問合せ先（共通） | 函館市保健福祉部健康増進課<br>０１３８－３２－１５１５ |

## ○ はこだて健幸LINE公式アカウント

- 函館市の健康づくりに関する情報を発信する公式アカウントです。
  情報発信のほか，健康づくりに関する事業などへの参加でスタンプを貯めるスタンプラリーも実施しています。
  ※ スタンプを貯めると，「はこだて健幸応援店」で利用できるクーポンがGETできます。
  詳しくはホームページをご確認ください。
  https://hako-kenko.com/line/

友だち追加はこちらのQRコードから！ →

## ○ きれいな空気の施設

- 函館市では受動喫煙防止対策をすすめるため，「きれいな空気の施設登録事業」を実施しています。
  屋内完全禁煙にしている施設を「きれいな施設」として，ステッカーの配付や施設名のホームページへの掲載を行っています。
  詳しくはホームページをご確認ください。
  https://hako-kenko.com/for-companies/smoking/

| | |
|---|---|
| 問合せ先（共通） | 函館市保健福祉部健康増進課<br>０１３８－３２－１５１５ |

## 各種助成制度

健康経営の推進に活用できる助成制度等について紹介します。
助成の対象や支給要件，助成の内容，申請方法，問い合わせ先など，詳しくは以下の各ホームページをご確認ください。

- 北海道労働局

  各種助成金制度
  https://jsite.mhlw.go.jp/hokkaido-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/joseikin.html

- 厚生労働省

  事業主のための雇用関係助成金
  https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/kyufukin/index.html

- 独立行政法人労働者健康安全機構（JOHAS）

  産業保健関係助成金
  https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/tabid/1251/Default.aspx

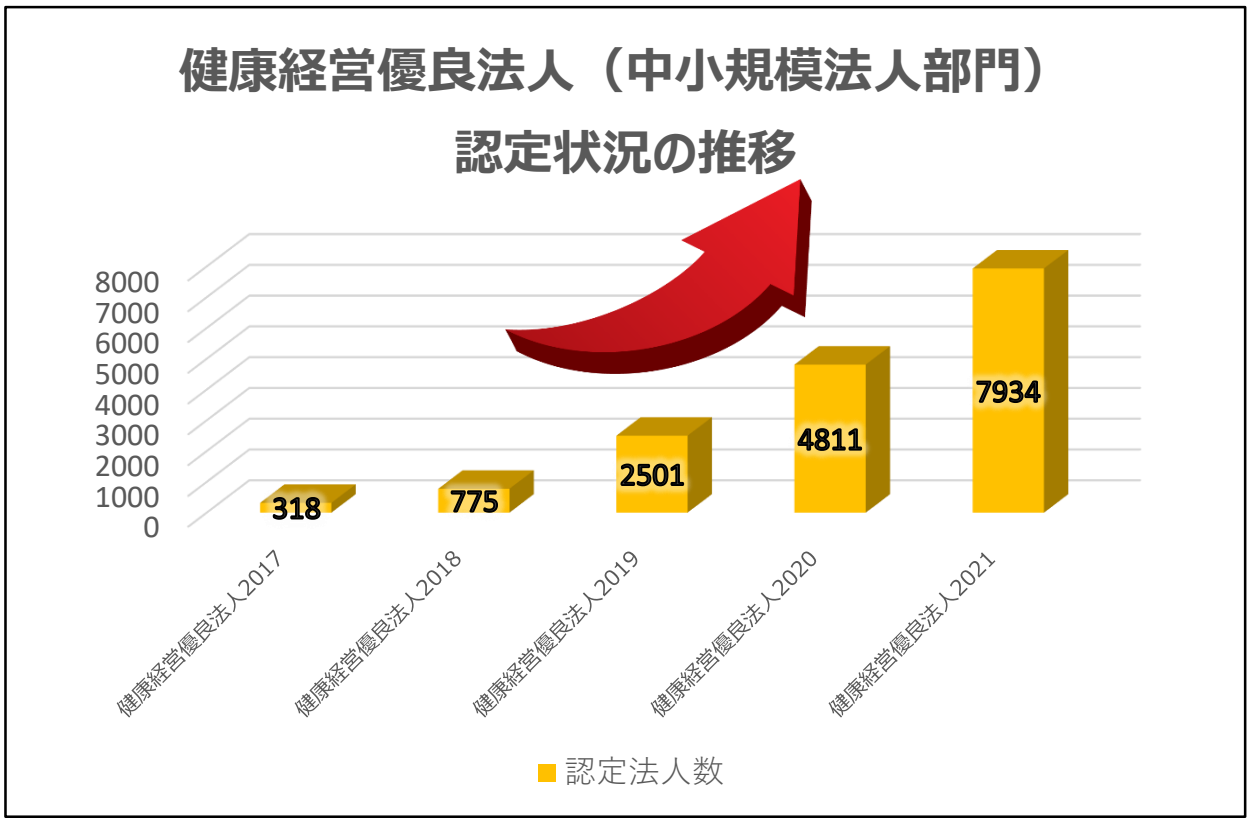
# 健康経営優良法人認定制度

経済産業省が健康経営に取り組む優良な法人を「見える化」するために，
特に優良な健康経営を実践している大企業や中小企業等の法人を顕彰する制度です。

## 「健康経営優良法人」に認定されると…

**「健康経営優良法人」ロゴマークの使用が可能となるとともに，従業員の健康づくりに積極的な優良企業であることを従業員や求職者，関係企業や金融機関などにアピールすることができます。**

## 「健康経営優良法人」の認定法人は増加傾向！




※令和３年３月４日現在

# 健康経営優良法人認定申請するために

## 健康経営優良法人（中小規模法人部門）の申請について

健康経営優良法人の認定申請に必要な内容について，経済産業省のホームページより紹介します。

詳しくは，以下の内容をご確認ください。

○ 健康経営優良法人（中小規模法人部門）認定要件

○ 健康経営優良法人（中小規模法人部門）認定申請書

○ 健康経営優良法人（中小規模法人部門）今年度の概要と主な変更点

- 経済産業省(申請について)

https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeiei_yuryouhouzin_shinsei.html

※認定要件や申請書は改定されることがあります。最新情報は経済産業省ホームページよりご確認ください。

## 健康経営優良法人（中小規模法人部門）のスケジュール

| 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 申請受付 | | 審査期間 | | | 内定 | 結果発表 |

この制度の認定要件は，健康経営を実践するにあたり，
具体的な取組指標として非常に参考になります！
また，「健康経営優良法人」の認定を目標に掲げることも，
モチベーションにつながります！！

# 健康経営優良法人2022（中小規模法人部門）認定要件

<table>
<tr><th>大項目</th><th>中項目</th><th>小項目</th><th>評価項目</th><th>認定要件</th></tr>
<tr><td colspan="3">1．経営理念・方針</td><td>健康宣言の社内外への発信・経営者自身の健診受診</td><td>必須</td></tr>
<tr><td colspan="3" rowspan="2">2．組織体制</td><td>健康づくり担当者の設置</td><td>必須</td></tr>
<tr><td>（求めに応じて）<br>40歳以上の従業員の健診データの提供</td><td>必須</td></tr>
<tr><td rowspan="15">3．制度・施策実行</td><td rowspan="4">従業員の健康課題の把握と必要な対策の検討</td><td>健康課題に基づいた具体的な目標の設定</td><td>健康経営の具体的な推進計画</td><td>必須</td></tr>
<tr><td rowspan="3">健診・検診等の活用・推進</td><td>①従業員の健康診断の受診(受診率実質100%)</td><td rowspan="3">左記<br>①～③のうち<br>2項目以上</td></tr>
<tr><td>②受診勧奨に関する取り組み</td></tr>
<tr><td>③50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施</td></tr>
<tr><td rowspan="4">健康経営の実践に向けた土台づくり</td><td>ヘルスリテシーの向上</td><td>④管理職・従業員への教育</td><td rowspan="4">左記<br>④～⑦のうち<br>1項目以上</td></tr>
<tr><td>ワークライフバランスの推進</td><td>⑤適切な働き方の実現に向けた取り組み</td></tr>
<tr><td>職場の活性化</td><td>⑥コミュニケーションの促進に向けた取り組み</td></tr>
<tr><td>病気の治療と仕事の両立支援</td><td>⑦私病等に関する両立支援の取り組み</td></tr>
<tr><td rowspan="8">従業員の心と身体の健康づくりに関する具体的対策</td><td>保健指導</td><td>⑧保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取り組み</td><td rowspan="8">左記<br>⑧～⑮のうち<br>4項目以上</td></tr>
<tr><td rowspan="5">具体的な健康保持・増進施策</td><td>⑨食生活の改善に向けた取り組み</td></tr>
<tr><td>⑩運動機会の増進に向けた取り組み</td></tr>
<tr><td>⑪女性の健康保持・増進に向けた取り組み</td></tr>
<tr><td>⑫長時間労働者への対応に関する取り組み</td></tr>
<tr><td>⑬メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組み</td></tr>
<tr><td>感染症予防対策</td><td>⑭感染症予防に関する取り組み</td></tr>
<tr><td rowspan="2">喫煙対策</td><td>⑮喫煙率低下に向けた取り組み</td></tr>
<tr><td>受動喫煙対策に関する取り組み</td><td>必須</td></tr>
<tr><td colspan="3">4．評価・改善</td><td>健康経営の取り組みに対する評価・改善</td><td>必須</td></tr>
<tr><td colspan="3">5．法令順守・リスクマネジメント</td><td>定期健診を実施していること、50人以上の事業場においてストレスチェックを実施していること、労働基準法または労働安全衛生法に係る違反により送検されていないこと、等※誓約事項参照</td><td>必須</td></tr>
</table>

ブライト500は左記①～⑮のうち13項目以上

※上記認定要件は2022年の情報です。
認定基準や評価項目は改定されることがあります。
最新情報は経済産業省ホームページよりご確認ください。

# 健康経営優良法人認定に向けた実践ポイント

## 健康事業所宣言の申請について

全国健康保険協会　北海道支部（協会けんぽ）のホームページより紹介します。

詳しくは，以下の内容をご確認ください。

※協会けんぽ以外の方は，加入している医療保険者にお問い合わせください。

○「健康事業所宣言」パンフレット

- 全国健康保険協会　北海道支部（協会けんぽ）

https://www.kyoukaikenpo.or.jp/~/media/Files/hokkaido/kenko_dukuri/jigyousyo-sengen/leaflet_2022.pdf

○「健康事業所宣言」エントリーシート

- 全国健康保険協会　北海道支部（協会けんぽ）

https://www.kyoukaikenpo.or.jp/file/entry2022_rei.pdf

## 40歳以上の従業員の健診結果の提供について

詳しくは、１６ページの内容をご確認ください。

## 健康経営優良法人（中小規模法人部門）認定法人の取り組み等について

経済産業省のホームページより紹介します。

詳しくは，以下の内容をご確認ください。

○ 健康経営優良法人2021（中小規模法人部門）認定法人　取り組み事例集

○ 健康経営優良法人2021（中小規模法人部門）認定法人適合状況

健康経営優良法人が，健康経営の取り組みをPRすることや，法人自身のコミットメントを社内外に示す観点から， 各法人がアピールしたい取組と適合状況をまとめたものです。

- 経済産業省

https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeiei_yuryouhouzin.html

# 健康経営優良法人の認定をサポートする資源等

## 保険会社のサポート

健康経営の推進に向けた取り組みのサポートやアドバイス，健康経営優良法人申請時の書類のチェックなどのサポートを実施している保険会社について紹介します。
詳しくは，以下の各会社までお問い合わせください。

※50音順で掲載しています。

○ あいおいニッセイ同和損害保険株式会社

| | |
|---|---|
| 問い合わせ先 | 函館支社　０１３８－２６－２２００ |

○ アクサ生命保険株式会社

| | |
|---|---|
| 問い合わせ先 | 函館営業所　０１３８－５５－００３４<br>※固定電話に繋がらない場合：０８０－６６７０－８５１５ |

○ 損害保険ジャパン株式会社

| | |
|---|---|
| 問い合わせ先 | 函館支社　０１３８－５６－３７１１ |

○ 東京海上日動火災保険株式会社

| | |
|---|---|
| 問い合わせ先 | 函館支社　０１３８－４５－４５１１ |

○ 三井住友海上あいおい生命保険株式会社

| | |
|---|---|
| 問い合わせ先 | 函館生保支社　０１３８－２２－３７２６<br>※営業アシストセンターへ転送されます。 |

○ 三井住友海上火災保険株式会社

| | |
|---|---|
| 問い合わせ先 | 函館支社　０１３８－２２－３７１６ |

○ 明治安田生命保険相互会社

| | |
|---|---|
| 問い合わせ先 | 函館支社　０１３８－２２－４７２３ |

# 関係団体のサポート

## ○ 函館商工会議所

- 函館商工会議所では，会員の方へ向けた定期健康診断の割引制度があります。
  詳しくはホームページをご確認ください。
  ※ハンドブック１６ページでも紹介しています。
  https://www.hakodate.cci.or.jp/fukurikousei/medical

# 健康経営優良法人に認定されると・・・

## 函館市

### ○ 健康経営優良法人の認定法人として紹介

健康経営優良法人として認定された企業について，さまざまな広報媒体において掲載や紹介など，情報発信を行います。

（例）

- ホームページ
  → 企業名の掲載，健康経営の取り組み紹介記事の掲載など
- はこだて健幸LINE公式アカウント
- LINE以外のSNS
  → Twitter，Facebook，Instagram

### ○ 函館しごとネットへの掲載

函館市が運営する函館市の仕事に関するポータルサイト「函館しごとネット」への掲載時，健康経営優良法人の認定企業であることが表示されます。
詳しくはホームページをご確認ください。
https://hakodate-job.net/

## 国

| | |
|---|---|
| 厚生労働省<br>公共職業安定所 | ハローワークの求人票<br>※求人票へ「健康経営優良法人」の記載が可能です。 |
| 法務省<br>出入国在留管理庁 | 在留審査資格手続きの簡素化<br>https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/16-2.html<br>※「日本での活動内容に応じた資料」から，<br>提出が不要となる資料の確認ができます。 |

## 保険会社（函館市調べを含む）　※５０音順

| | |
|---|---|
| あいおいニッセイ同和損害保険（株） | 日本生命保険（相） |
| 住友生命保険（相） | 富国生命保険（相） |
| 損害保険ジャパン（株） | 三井住友海上あいおい生命保険（株） |
| 第一生命保険（株） | 三井住友海上火災保険（株） |
| 東京海上日動火災保険（株） | 明治安田生命保険（相） |
| ※　いずれも，「健康経営優良法人」の認定を受けた事業所向けの企業保険割引制度です。<br>詳しい内容については，各保険会社へお問い合わせください。 | |

## 銀行等（北海道を抜粋）

| | |
|---|---|
| 北洋銀行 | ほくよう健康増進サポートローン |
| 北海道信用保証協会 | 健康宣言企業応援保障　すこやか北海道 |
| ※　いずれも，協会けんぽの「健康事業所宣言」を行った事業所向けの商品です。 | |

※出典：「健康経営の推進について」（令和３年１０月　経済産業省ヘルスケア産業課）

※国による制度は記載のホームページから，それ以外の詳しい内容は，各企業にご確認ください。

# 函館市の健康経営優良法人認定一覧

## 健康経営優良法人2022（中小規模法人部門）

健康経営優良法人2022（中小規模法人部門）の認定を受けた函館市内の法人を紹介します。

ブライト500は，健康経営優良法人2022（中小規模法人部門）の中から，「健康経営優良法人の中でも優れた企業」かつ「地域において，健康経営の発信を行っている企業」として優良な上位５００法人に対する表彰制度です。

※R4.3.9　認定法人の公表（経済産業省HP）

### 健康経営優良法人2022（中小規模法人部門（ブライト500））

○　卸売業

株式会社近藤商会

## 健康経営優良法人2022（中小規模法人部門）

### ○ 卸売業

イシイ産業株式会社

### ○ 保険業

ＡＩＤほっとライン株式会社

エコー保険株式会社

株式会社リスク・アイ

有限会社アイ・エス・アイ

### ○ 運輸業

株式会社西武建設運輸

道南いさりび鉄道株式会社

### ○ 小売業

北ガスフレアスト函館北株式会社

### ○ 建設業

大鎌電気株式会社

株式会社川股設備工業

株式会社菅原組

株式会社対馬電設

株式会社明徳工業

紀の國建設株式会社

日東電気工事株式会社

### ○ 金融業

函館商工信用組合

### ○ サービス業（他に分類されないもの）

株式会社カドック

# 制 作 協 力

**「健康経営」の推進に関する意見交換会協力団体等**（敬称略，50音順）

- ○ 一般社団法人生命保険協会函館協会
- ○ 一般社団法人函館青年会議所
- ○ 一般社団法人北海道中小企業家同友会函館支部
- ○ 公益社団法人函館法人会
- ○ 全国健康保険協会（協会けんぽ）北海道支部
- ○ 函館市亀田商工会
- ○ 函館市経済部雇用労政課
- ○ はこだて市民健幸大学実行委員会
- ○ 函館商工会議所
- ○ 函館東商工会
- ○ 北海道中小企業団体中央会道南支部

**協力企業**（敬称略，50音順）

- ○ 大鎌電気株式会社
- ○ 株式会社川股設備工業
- ○ 株式会社近藤商会
- ○ 道南いさりび鉄道株式会社

**事務局**

- ○ 函館市保健福祉部健康増進課

# 参 考 資 料

**【資料】**

●経済産業省

・健康経営優良法人認定法人取り組み事例集

・健康経営ハンドブック2018

・健康経営オフィスレポート

●協会けんぽ北海道支部

・健康事業所宣言取り組み事例集

●厚生労働省

・職場における心とからだの健康づくりのための手引き

～事業場における労働者の健康保持増進のための指針～

・産業保健活動をチームで進めるための実践的事例集

●東京商工会議所

・健康経営アドバイザー・エキスパートアドバイザー共通テキスト

**【ホームページ】**

●経済産業省

https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenko_keiei.html

●協会けんぽ北海道支部

https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/hokkaido/cat070/kenkoujigyoushosengen/

●函館商工会議所

https://www.hakodate.cci.or.jp/

●函館地域産業保健センター

http://www.hakodate-med.org/sangyo.html

HAKODATE

# 健康経営実践のためのハンドブック（第2版）

発行日：2022.５発行
発行者：函館市保健福祉部健康増進課
住　所：〒040-0001
函館市五稜郭町23番1号（函館市総合保健センター3階）
電　話：0138－32－1515