

「従業員の健康づくり」への投資は、組織の活性化につながります。 事業所全体で健康づくりに取り組みましょう。

認証までの流れ

①健康づくりの実践！

事業所で取り組んでいる健康づくりの内容に応じて、点数が決まっています。

認証基準 500点

②申請する(随時受付)

申請書に必要事項を記入し、健康支援課に提出してください。

注意点

取り組みの様子が分かる写真や資料(チラシ等のコピー)を添付してください。
申請書等の用紙は、健康支援課・各区健康課で配布しています。
千葉市ホームページからダウンロードも可能です。

千葉市ホームページ <http://www.city.chiba.jp/> [千葉市健康づくり推進事業所](#) [検索](#)

③認証される

認証を受けると、認証マークが授与されます。事業所に表示したり、名刺等に印刷して使用できます。

認証期間 3年間(更新可能)

点数の対象となる取り組み ※申請日から過去1年に実施したものが対象です。

- ◆ **元気の職場環境を維持するためには、健康を大切にすることを会社の方針として表明し、健康づくりに取り組む体制を作ることが大切です。**

No	取り組み内容	点数	取り組み例
<input type="checkbox"/> 1	従業員の健康づくり計画又は方針がある	50	健康づくりの方針を掲げ、従業員に周知している

◆健康診断結果の集計

健診結果を有効活用し、事業所の健康課題を把握して、安全配慮と健康の保持増進につなげましょう。

No	取り組み内容	点数	取り組み例
<input type="checkbox"/> 2	健康診断の結果のうち、有所見者数を集計している	100	千葉労働基準監督署管内定期健診の結果 所見あり 51.3% 血圧 17.0% 肝機能 12.7% 血中脂質 30.1% 血糖 8.6%
<input type="checkbox"/> 3	健康診断の結果のうち、項目ごとに有所見者数を集計している	100	
<input type="checkbox"/> 4	健康診断の結果、精密検査等を必要とする者について、受診勧奨をし、受診したことを確認している	100	

◆運動の実施(ラジオ体操等)

体をこまめに動かすことで、生活習慣病のリスクが低下し、さらに気分転換やストレス解消にも効果があります。

No	取り組み内容	点数	取り組み例
<input type="checkbox"/> 5	週1回6か月以上継続している	100	・始業前のラジオ体操 ・階段利用キャンペーン ・休憩時間にストレッチ ・職場内で歩数競争 など
<input type="checkbox"/> 6	週2回6か月以上継続している	200	
<input type="checkbox"/> 7	週3回以上6か月以上継続している	300	
<input type="checkbox"/> 8	地域住民も一緒に参加できる	50	

◆受動喫煙対策

たばこは喫煙者本人だけでなく、周囲のたばこを吸わない人の健康にも影響を与えます。職場環境を良くするためにたばこの影響を知り、快適で良好な職場環境を促進するため、受動喫煙対策に取り組まましょう。

No	取り組み内容	点数	取り組み例
<input type="checkbox"/> 9	全面禁煙(敷地内又は建物内)	100	
<input type="checkbox"/> 10	受動喫煙 対策PRステッカー表示(※)	10	千葉市受動喫煙 対策PRステッカーに限る

◆食育の推進

食育とは、望ましい食生活や栄養バランスのとれた食事を実践することです。

No	取り組み内容	点数	取り組み例
<input type="checkbox"/> 11	事業所独自に食育に取り組んでいる	50	・社員食堂で野菜たっぷりメニューや塩分控えめメニューを提供 ・食に関する健康情報の提供(パンフレット配布)
<input type="checkbox"/> 12	健康づくり応援店証の表示	10	・千葉市健康づくり応援店証を表示している飲食店等に限る

◆メンタルヘルス対策

事業所における、こころの健康づくりが重要視されています。定期的なこころの状態をチェックしたり、こころの病気の早期発見、適切な対応が取れる体制を整えましょう。

No	取り組み内容	点数	取り組み例
<input type="checkbox"/> 13	メンタルヘルスチェックリストを実施し、従業員の体調観察に活用している(※)	50	ストレス簡易調査票の活用やメンタルヘルスを点数化するチェックリストを活用
<input type="checkbox"/> 14	健康相談を受けやすい体制や制度がある	50	困ったときに相談できる窓口を従業員に周知

◆その他

従業員の健康を守ることが、会社を守ることにつながります。上記以外にも、下記のような取り組みで従業員の健康を守りましょう。

No	取り組み内容	点数	取り組み例
<input type="checkbox"/> 15	地域住民向けに健康づくりイベントを開催	50	健康づくりフェスティバル、健康フェア等
<input type="checkbox"/> 16	地域住民向けに健康づくりに関する情報提供を実施	50	健康づくりのパンフレットを住民が自由にとることができるよう、常時設置している 情報内容: 運動・休養・飲酒・喫煙・歯と口腔等
<input type="checkbox"/> 17	従業員向けに健康づくりに関する講演会を開催(運動実技を含まないもの)	50	生活習慣病予防講習会等
<input type="checkbox"/> 18	従業員向けに健康づくりのための運動講習会を実施(運動実技が主なもの)	50	チャレンジ運動講習会(※)等
<input type="checkbox"/> 19	事業所内に、体重計又は血圧計、体組成計を設置し、自己管理に活用している	50	
<input type="checkbox"/> 20	健康づくりに関するパンフレットを従業員に配布、ポスター掲示を事業所内で実施している	50	階段活用ポスター、禁煙キャンペーンポスター掲示等する 情報内容: 運動・休養・飲酒・喫煙・歯と口腔等
<input type="checkbox"/> 21	上記の他、事業所独自の健康づくりに関する取り組み(※)	50	従業員の家族と一緒にウォーキング大会等

(※)については、裏面を参照してください。