

わかやま健康づくりチャレンジ運動申込書

(全国健康保険協会和歌山支部加入事業所用)

お申し込みは、**郵送またはFAX (073-421-3116)**にて全国健康保険協会和歌山支部に申込書を提出してください。申込後、登録証をお送りいたします。

和歌山県知事様
全国健康保険協会和歌山支部長様

わが社は、「わかやま健康づくりチャレンジ運動」に申込み、従業員の健康づくりにチャレンジします。

年 月 日

事業所名	_____
所在地	_____
事業主名	_____ ④
電話番号	_____

◆健康づくり担当者

担当者氏名	_____
所属部署	_____
役職名	_____
メールアドレス	_____ @ _____

◆同意の確認

①事業所名の紹介	「わかやま健康づくりチャレンジ運動」登録事業所名を、和歌山県や協会けんぽ和歌山支部ホームページ等の広報媒体で紹介いたします。同意されない場合は、チェックしてください。	<input type="checkbox"/> 同意しない
②健康保険委員の登録	上記のご担当者様について、協会けんぽ和歌山支部の健康保険委員として登録し、各種情報提供等（無料）をさせていただきます。同意されない場合は、チェックしてください。 ※健康保険委員の登録は被保険者（ご本人）のみです。	<input type="checkbox"/> 同意しない
③メルマガ配信	メールアドレスをご記入の方には、協会けんぽ和歌山支部のメルマガジン（無料）を配信させていただきます。希望されない場合は、チェックしてください。	<input type="checkbox"/> 希望しない

※チェックのない場合は、同意をいただいたものとして対応させていただきます。
※提出された情報は和歌山県と全国健康保険協会和歌山支部が共有し、「わかやま健康づくりチャレンジ運動」の運営のためのみに使用します。

◆「わかやま健康づくりチャレンジ運動」についてのお問い合わせ先

〒640-8516 和歌山市六番丁5 和歌山第一生命ビル3階
全国健康保険協会和歌山支部 企画総務グループ ☎073-421-3101

(H.P)

健康長寿日本一わかやま



実現しよう!!

わかやま

健康づくりチャレンジ運動

参加事業所 募集!!

和歌山県と協会けんぽ和歌山支部は、職場の健康づくりを広げるために、「わかやま健康づくりチャレンジ運動」に参加する事業所を募集しています。

「わかやま健康づくりチャレンジ運動」の流れ

「わかやま健康づくりチャレンジ運動」は、次の3つのステップで進みます。

ステップ①



「健康宣言」をする

- 郵送またはFAXで協会けんぽ和歌山支部へ**申込書**をご提出ください。
- 和歌山県知事と協会けんぽ和歌山支部長連名による「**登録証**」をお送りしますので、事業所内で掲示してください。従業員や来訪者へ「健康づくり実践企業」とアピールできます。

ステップ②



取組結果通知書イメージ

健康づくり を実践する

- 取組メニューのうち、できることから取組みを始めましょう。
- 年に1回、「わかやま健康づくりチャレンジ運動」取組レポートをご提出いただけます。提出後、貴社の取組度合を指標化した「**取組結果通知書**」をお送りしますので、今後の取り組みの参考としていただけます。

ステップ③



国や県からの認定を受ける

- 一定の条件を満たした事業所は、国の「**健康経営優良法人認定制度**」に申請が可能です。（詳しくは経済産業省のホームページをご覧ください。）
- 取組が優れている事業所様は、和歌山県から「**わかやま健康推進事業所**」に認定されます。



http://www.kyoukaikenpo.or.jp/

無料

協会けんぽが職場の健康づくりをサポートします

※サポートのご利用は、協会けんぽ加入の事業所様に限りさせていただきます。

▶下記の機材を一定期間貸出します。職場に設置してください。

- 血圧計 + 体重体組成計の貸出
- フードモデルの貸出（塩分・糖質啓発）
- 血管年齢測定器の貸出



職場で測定会を開催したり、昼食スペースにフードモデルを設置する等、多くの事業所様にご利用いただけます。従業員同士、健康について話すきっかけとなり、コミュニケーション作りの一環としても有効です。

▶下記は講師を事業所に派遣して実施します。

- 出前講座（ストレッチ体操講座・ウォーキング講座）
- InBody（体組成計）による測定会の実施
- 職場における健康講座（生活習慣病、メンタルヘルス等）

仕事の合間や
休憩時間に座って
できるストレッチも
紹介しています。

※いずれも数に限りがありますので、ご希望の時期に貸出等できない場合もあります。予めご了承ください。
※サポートの申し込み方法は、当運動に登録後、ご案内させていただきます。

「わかやま健康推進事業所」の認定について

職場の健康づくりに取り組む事業所様が社会的に評価を受けられるよう、特に取組が優れている事業所様を和歌山県が「わかやま健康推進事業所」として認定を行います。

【認定要件】次の項目をすべて満たした事業所様が認定を受けられます。

- ① 「わかやま健康づくりチャレンジ運動」の登録事業所であること。
（国、地方公共団体を除く）
- ② 取組メニューの認定必須項目（右欄の赤色項目）を全て取り組んでいること。
- ③ 取組メニューの中で、取り組んだ項目のポイントの合計が110ポイント以上であること。
- ④ 過去2年間に法令に違反し処分等を受けたことがないこと。

★認定を受けると

和歌山県より「認定証」が進呈され、「健康わかやま県民運動 **ロゴマーク**」が使用できるようになります。
ロゴマークを自社ホームページや名刺等に掲載することで、企業イメージの向上につながります。

ロゴマーク



全て取り組む必要はありません。できることから少しずつ、健康づくりを始めましょう。

取組メニュー		ポイント
健診等	1 経営者自身が健診を受診し、かつ従業員に対して実施する「定期健康診断」の受診率が実質100%である	5
	2 協会けんぽの「生活習慣病予防健診」を実施する、もしくは従業員にがん検診の受診を促す取組又は制度がある（「健康診断結果データ」の提供に関する同意書を医療保険者に提出している場合も点数加算）	15
	3 医療保険者が実施する「特定保健指導」の受入を応諾する※対象者がいない場合でも受入体制があれば加算	15
	4 健診の結果、要精密検査や要治療と判定された従業員に対し、医療機関への受診を促す取組又は制度がある ※対象者がいない場合でも取組や制度があれば加算	10
	5 健診結果に対して、希望者へ産業医等の健康相談を実施している ※希望者がいない場合でも実施が可能であれば加算	5
運動	6 始業前などにラジオ体操（自社独自の体操）を実施する	5
	7 就業時間や休憩時間にストレッチングを実施する	5
	8 運動イベントの実施や社外の運動イベントへの参加を行う	10
	9 職場で、ノーマイカー通勤（徒歩・自転車・公共交通機関を利用した通勤）やクラブ活動の促進など従業員へ運動を促す取組を行う	10
	10 和歌山県が実施する「健康づくり運動ポイント」事業に参加する	20
食・禁煙等	11 カロリーや塩分等を考慮した食事を社員食堂や弁当等で提供する、もしくは協会けんぽサポートのフードモデルを活用し従業員に食生活見直しの啓発を行う	10
	12 自社の自動販売機に特保飲料やノンカロリー飲料を入れる	5
	13 口腔ケア（歯科検診・歯ブラシ支給など）への取組を行う	5
	14 禁煙キャンペーンや禁煙手当の支給など喫煙者を減らす取組を行う	10
	15 事業所内で受動喫煙防止対策を行う	20
メンタル	16 ノー残業デーを定期的に設定する等、超過勤務削減のための取組を行う、もしくは全従業員の月平均超過勤務時間が10時間未満である	10
	17 ストレスチェックを実施する ※認定については、従業員が50人以上の事業所のみ必須	10
	18 過重労働防止対策を行う、もしくは超過勤務時間が月45時間・年360時間を超える従業員がいない ※時間外労働の上限規制の対象外となる業種は除く	10
	19 年次休暇の取得促進に向けた環境・雰囲気づくりを行う	10
	20 従業員同士のコミュニケーション向上に寄与するイベント等の取組を行う	10
健康促進環境	21 従業員の健康管理（健康づくり）を担当する者を定め、従業員の健康づくりをサポートする	10
	22 健康増進・過重労働防止に向けた具体的目標（計画）を設定する	10
	23 事業所内に従業員が測定できる血圧計等の健康測定器を設置する（協会けんぽサポートの健康測定器を利用した場合も点数加算）	10
	24 従業員に健康（運動・栄養・禁煙・メンタルヘルス等）をテーマとしたセミナーを開催するなど健康教育を行う（協会けんぽサポートの健康講座や出前講座受講でも点数加算）	10
	25 従業員に健康をテーマとした情報提供（回覧・メール・朝礼等）を定期的（少なくとも1か月に1回）に行う	10
その他	26 女性特有の健康課題に対する知識を得るための取組、もしくは生理休暇の取得環境の整備や妊娠中の従業員に対する業務上の配慮等を行う ※女性従業員がいない場合は対象外	10
	27 感染症予防対策（消毒液・マスク支給・インフルエンザ予防接種の費用補助等）を行う	10
	28 病気の治療と仕事の両立の促進に向けた取組を行う	10
	29 経営者が健康宣言を行い、「わかやま健康づくりチャレンジ運動登録証」を社内外に対し発信（掲示）している	10
	30 従業員の健康管理に関連する法令について重大な違反をしていない	10

※上記取組メニューのうち、赤色の項目は、「わかやま健康推進事業所」として認定を受けるための必須項目です。