

健康宣言実施結果報告書 (2022年度)

事業所名	中部電力健康保険組合	報告日	2023年3月30日
担当者名	菊田 幸恵		

項目		実施項目 にチェック	取組内容・実施結果(数値報告)	効果大 (○印)	取組の達成度 自己評価 (※5が最高)
必須項目	① 健康宣言の社内外への発信・経営者自身の健診受診	✓	・健康宣言チャレンジ事業所認定証を事務所入口に掲示 ・HPへ取組内容を掲載 ・インターンシップ実施時に健康経営を説明		5
	② 健康づくり担当者の設置	✓	健康増進ワーキングを設置(各チーム1名 計3名)		5
	③ (求めに応じて) 40歳以上の従業員の健診データの提供	✓	全員のデータ提供を実施		5
	④ 健康経営の具体的な推進計画	✓	【課題】従業員間で時間外勤務時間に格差があるため負荷平準化を図り、月間の残業時間1人あたり20時間未満を目指す。 【推進計画】チーム単位のノー残業デー(週1回)および、事業所全体でのノー残業デー(月1回)を設定。フレックス制度の有効活用を推奨。責任者による日々および毎月の時間外管理に基づき、各チーム主任がチームを超えて連携し、状況把握と改善フォローの実施を徹底。16時以降の書類回付禁止。資料の事前配布等により打合せ1時間以内の徹底。電話環境(自動音声応答機能追加、受付時間短縮)の整備	○	5
	⑤ 受動喫煙対策に関する取り組み	✓	・敷地内全面禁煙 ・喫煙後30分執務室への入室禁止		5
	⑥ 健康経営の取り組みに関する評価・改善	✓	時間外労働時間目標(1人あたり20時間未満)に対し、フレックス勤務制度の活用やチーム内外の応援体制強化等により平均16時間(2月末時点)と達成することができた。来年度は、目標を15時間として更なる強化を図り達成を目指す。	○	5
	⑦ 法令を遵守している	✓	遵守している。		5
選択項目	① 社員の家族の健康にも積極的に取り組みます	✓	健診受診率100%		5
	② 定期健康診断の受診	✓	人間ドック受診者に対する自己負担費用を全額補助し、受診を促進(健診受診率100%)		5
	③ 受診勧奨の取り組み	✓	・健診結果により再検査や精密検査が必要な場合、個別周知を実施 ・がん検診等任意検診の費用補助実施		5
	④ ストレスチェックの実施	✓	毎年10月に実施(10/14)		5
	⑤ 管理職または一般社員に対する教育機会の設定	✓	・上長からの健康情報の提供 ・eラーニング教育の実施 ・健康情報ポータルサイトのイベント(健康クイズ)への参加勧奨 ・情報誌の回覧		5
	⑥ 適切な働き方の実施	✓	・残業する際には上長承認を受け実施 ・個人のノー残業デー(週1回)と、職場全体ノー残業デー(月1回)の設定 ・フレックス勤務制度の有効活用 ・電子承認システムの活用 ・在宅勤務の活用 ・オンライン会議への環境整備(液晶モニターとカメラスピーカーの設置) ・eラーニング教育の実施		5
	⑦ コミュニケーションの促進	✓	・月1回の昼食懇談会の実施 ・マインドフルネスと時間栄養学セミナーの実施(9/29) ・ボウリング大会への参加(11/18) ・eラーニング教育を提供		5
	⑧ 病気治療と仕事の両立	✓	傷病をかかえる職員・家族への配慮や支援を実施(勤務時間・作業内容・通勤方法等の対応を実施/在宅勤務の活用/ライフサポート休暇の取得)		5
	⑨ 保健指導の実施	✓	健診結果に基づく保健指導の実施(10/5、2/24)		5
	⑩ 食生活の改善	✓	・健康弁当(vegefirst)の利用促進 ・水素水(日本トリム)の利用促進 ・健康情報ポータルサイトからの情報提供 ・情報誌の回覧		5
	⑪ 運動機会の促進	✓	・朝はラジオ体操とスクワット、3時はストレッチを毎日実施 ・健康啓発動画(kickake@オンライン)による筋トレ・ストレッチを実施(隔週1回) ・健康情報ポータルサイトの活用とイベントへの参加を推奨(4月・10月ウォーキング、8月健康クイズ、1月体重測定チャレンジ) ・1日8,000歩を週5日以上と週1回以上の体重測定を目指し達成状況を数値化し出入りに掲示 ・ジェリーフィッシュチェアの利用推奨 ・スポーツジムの紹介(ベネフィットステーション、健保契約施設) ・スポーツエールカンパニー認定		5
	⑫ 女性の健康保持・増進	✓	・全員が婦人科健診を受診するよう健診補助や受診勧奨を実施 ・急な体調不良の場合の休憩場所を確保 ・健康弁当の利用促進を実施 ・在宅勤務の活用 ・女性特有の未病(不定愁訴)に対する理解醸成 ・健康情報ポータルサイトからの情報提供 ・マインドフルネスと時間栄養学セミナーの実施(9/29)		5
	⑬ 長時間労働者への対応	✓	・上長等による本人面談 ・業務負荷の見直し ・勤務時間の制限(インターバル勤務) ・フレックス制度の有効活用を推奨 ・eラーニング教育の実施 ・上記⑨保健指導実施時における面談フォロー体制を整備		5
	⑭ メンタルヘルス不調者への対応	✓	・相談窓口の設置 ・eラーニング教育の実施 ・マインドフルネスと時間栄養学セミナーの実施(9/29) ・上記⑨保健指導実施時における面談フォロー体制を整備		5
	⑮ 社員の感染症予防	✓	・コロナワクチン接種時の特別休暇の付与 ・ライフサポート休暇の取得 ・インフルエンザ予防接種費用補助 ・サテライトオフィスの設置(無線LAN化) ・アルコール消毒液やアクリル板等の設置 ・フェイスシールド、非接触式温度計、感染者発生時の消毒液や手袋等を常備 ・健康情報ポータルサイトからの情報提供(コロナワクチン接種記録機能の提供)		5
	⑯ 喫煙率低下に向けた取り組み	✓	・敷地内全面禁煙 ・禁煙外来への受診勧奨 ・禁煙アプリの紹介 ・勤務時間中の喫煙禁止		5