従業員の健康づくり

～安心して働ける職場づくりのために～

みんなの健康が職場の元気につながる！





健康という名の最強の福利厚生

従業員の皆さまが安心して働き続けるためには、心身の健康を保つことがとても大切です。
事業所と従業員がともに日々の健康状態に目を向け、無理のない健康づくりに取り組むことは、
働きやすい職場環境の維持・向上につながります。

こんな従業員はいませんか？



- ☑ 朝食を食べない
- ☑ ここ数年で体重が増えてきた
- ☑ 揚げ物が好きで野菜をあまり食べない
- ☑ 濃い味付けの食事を好む
- ☑ 血圧や血糖値が高めだがそのままにしている
- ☑ 以前より元気がないように見える

職場でできる健康づくり

① 健康の場づくり支援 ～運動・食事～

- 運動する機会や環境をつくりましょう。
- バランスのとれた食事をとれるよう支援しましょう。





ウォーキング、バランスの良い食事

② 健康診断を受ける、健診後のサポートを受ける

- 健康診断を受けて、現在の健康状態を把握しましょう。
- 特定保健指導や再検査・受診勧奨を活用しましょう。



健康診断、健康診断結果、保健指導、再検査・受診勧奨

こんな取り組みをした会社があります！

社員同士でグループをつくり、市町の健康づくり事業へ参加しました。
その結果上位に入賞し、商品券を獲得！
商品券を活用して交流会を開催し、
健康づくりだけでなく、職場の仲間づくりにもつながりました。



取り組みの効果

- ☑ 従業員の健康意識が向上した！
- ☑ コミュニケーションが活発になった！
- ☑ 働きやすい職場環境づくりにつながった！



従業員の健康は職場の力です！

健康づくりについて お気軽にご相談ください。

職場の健康づくりをサポートします！



健康づくり 相談窓口のご案内



全ての施設が相談（一部は事業も）は無料です！

表①職場の健康管理に悩める事業所からの相談なら！



産業保健師による訪問支援

①産業保健全般に関する職場で取り組む健康管理の手法をサポート
②治療が必要になった従業員の雇用の継続方法（両立支援の復職）
③職場における身体と心の保健指導（職業性疾病の予防）
※要労働保険加入事業者

さんぽセンター
（産業保健総合支援センター）
078-230-0283
相談時間 8:30から17:15まで
詳しくはこちら

表②健診の相談等なら！

- 健診費用の補助
- 特定保健指導の実施
- 健康経営の推進（健康宣言の実施）

協会けんぽ
（全国健康保険協会 兵庫支部）
078-252-8701
詳しくはこちら

労働者の安全衛生管理、健康診断、健康確保対策、ストレスチェックなど（労働基準監督署）



相生 労働基準監督署
（相生市・赤穂市・佐用郡・赤穂郡）
0791-22-1020



姫路 労働基準監督署
（姫路市・宍粟市・たつの市・揖保郡・神崎郡）
079-256-5789

健康づくり事業やがん検診※・特定健診のご相談 ※どの医療保険加入者でも（各市町）

相生市
子育て元気課
0791-22-7168

赤穂市
保健センター
0791-46-8701

たつの市
健康部 健康課
市民総合健診（集団・個別）↓
0791-63-2112

宍粟市
保健福祉課
0790-62-1000

太子町
さわやか健康課
079-276-6630

上郡町
健康福祉課
0791-52-2188

佐用町
健康福祉課
0790-82-0661

健診はおすまいの市町にご相談ください。

健康事業は事業所の所在地へ！



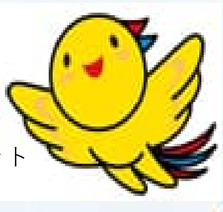
相談先が分からない場合・事業全体やリーフレットについての相談（健康福祉事務所）



龍野健康福祉事務所
企画課・地域保健課
（たつの市・宍粟市・佐用町・太子町）
0791-63-5687/0791-63-5150



赤穂健康福祉事務所
地域保健課
（赤穂市・相生市・上郡町）
0791-43-2934



兵庫県マスコット
はばタン

この事業全体について詳しくは ココ！

兵庫県健康づくりチャレンジ企業に登録を！



詳細は⇒

◇リーフレット作成　西播磨地域職域連携推進協議会（R8.10月版）