

健康宣言

職員の安全及び健康の確保 並びに快適な職場環境の形成を目指し、以下を宣言します。

- ・経営者自身が率先し、健康づくりに取り組みます
- ・健康課題・職場環境課題を把握し、改善に努めます
- ・労働基準法、労働安全衛生法などの法令を遵守します
- ・健康づくりに向けて食習慣・運動習慣の改善に取り組みます
- ・健康経営を推進します
 - ・職員の健康の維持・増進のため積極的に投資します
 - ・職員が安全で心豊かに働くことができるよう、職場環境の改善に努めます
 - ・事業場の健康経営の推進をサポートします

健康づくり担当者（各地区衛生委員会、安全衛生委員会）

- ① 定期健康診断 及び 雇入健康診断等の遅滞なく実施します
- ② 健康診断事後指導者（再検査以上者）の医療機関受診100%とします
- ③ 管理監督責任者（事務局長）を含む職員全員が心の健康問題について理解し、心の健康づくりにおけるそれぞれの役割を果たせるようにします
- ④ 円滑なコミュニケーションの推進により活気ある職場づくりを行います
- ⑤ ストレスチェックを実施し、必要者には早期のセルフケア（ヘルスケア）を実施します
- ⑥ 有休消化の促進：長時間労働を是正します

2024年度目標：生産性低下の防止

- ・運動機会の増進
- ・飲酒リスクの改善
- ・睡眠リスクの改善

令和6年度版 「企業健康度カルテ」協会けんぽ 鳥取支部

企業健康度カルテの“C”の改善に向けて（6/15）

- ・ 睡眠で十分な休養がとれていない (R5, R6)
ほぼ、前年並み
- ・ お酒を毎日飲む者 (R5)
改善
- ・ 飲酒量が多い (R6)
B から 悪化
- ・ 3食以外に間食や甘い飲み物を毎日摂取している者 (R5, R6)
悪化
- ・ 就寝前2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある者 (R5)
改善
- ・ 1回30分以上の軽く汗をかく運動（週に2日以上、1年以上）実施していない (R6)
B から 悪化
- ・ 日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していない者 (R5, R6)
ほぼ、前年並み、
- ・ ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が遅い者 (R5, R6)
ほぼ、前年並み

【問題点】

- ① 間食 県日平均の1, 73倍
- ② 運動習慣 3項目全て“C”
- ③ 被保険者1人当たり医療費 悪化