

明治安田 健康経営認定 支援サービス

G U I D E B O O K

2022年4月 改訂版

明治安田 健康経営認定 支援サービス

G U I D E B O O K

2022年4月 改訂版

- 生命保険募集人は、お客さまと明治安田生命の保険契約締結の媒介を行なう者で、保険契約締結の代理権はありません。したがって、保険契約は、お客さまからの保険契約のお申し込みに対して明治安田生命が承諾したときに有効に成立します。
- この資料は、「保険設計書(契約概要)」の補助資料であり、支払事由や制限事項のすべてを記載したものではありません。保険商品をご検討いただく際には、「保険設計書(契約概要)」を必ずご確認ください。なお、ご契約の際には、「保険設計書(契約概要)」、「特に重要なお知らせ(注意喚起情報)」、「ご契約のしおり 定款・約款」を必ずご確認ください。

担当者

明治安田生命保険相互会社

〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-1-1

☎ 03-3283-8111(代表)

<https://www.meijiyasuda.co.jp/>

Three Supports!



経営者をサポート

健康宣言の発信や目標設定等
健康経営®をはじめのうえでの
実践的なフォロー

健康づくり担当者をサポート

従業員の健康保持・増進の
取組みを実践する担当者を
継続的にバックアップ

従業員をサポート

健康相談や健康管理に役立つ
さまざまなコンテンツを提供

「健康経営優良法人」認定取得への取組みを、弊社職員がわかりやすくサポートします

健康経営優良法人の
認定取得をめざそう！

ひとに健康を、まちに元気を。

健康は大切だけど、ひとりで何かをはじめるのは難しいもの。

だから、明治安田生命は健康経営®️に取組む企業のみなさまの

健康づくりに寄り添い、継続的に応援していきます。

この国の健康が、すくすくと大きく育ちますように。

Index

「明治安田 健康経営認定支援サービス」について	P.03
「健康経営®️」の進め方	P.05
「健康経営優良法人」の認定取得までの流れ	P.07
申請区分について	P.09
「健康経営優良法人」の取組項目について	P.11

経営者サポートプログラム

1 健康宣言の社内外への発信および経営者自身の健診受診	P.14
2 健康づくり担当者の設置	P.15
3 健康経営の具体的な推進計画	P.16
4 健康経営の取組みに対する評価・改善	P.17
5 法令遵守・リスクマネジメント	P.18

健康づくり担当者サポートプログラム

1 40歳以上の従業員の健診データの提供	P.20
2 従業員の健康診断の受診	P.21
3 受診勧奨に関する取組み	P.22
4 50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施	P.23
5 管理職・従業員への教育	P.24
6 適切な働き方実現に向けた取組み	P.25
7 コミュニケーションの促進に向けた取組み	P.26
8 私病等に関する両立支援に向けた取組み	P.27
9 保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取組み	P.28
10 長時間労働者への対応に関する取組み	P.29
11 受動喫煙対策に関する取組み	P.30

従業員サポートプログラム

1 食生活の改善に向けた取組み	P.32
2 運動機会の増進に向けた取組み	P.33
3 女性の健康保持・増進に向けた取組み	P.34
4 メンタルヘルス不調者への対応に関する取組み	P.35
5 感染症予防に関する取組み	P.36
6 喫煙率低下に向けた取組み	P.37

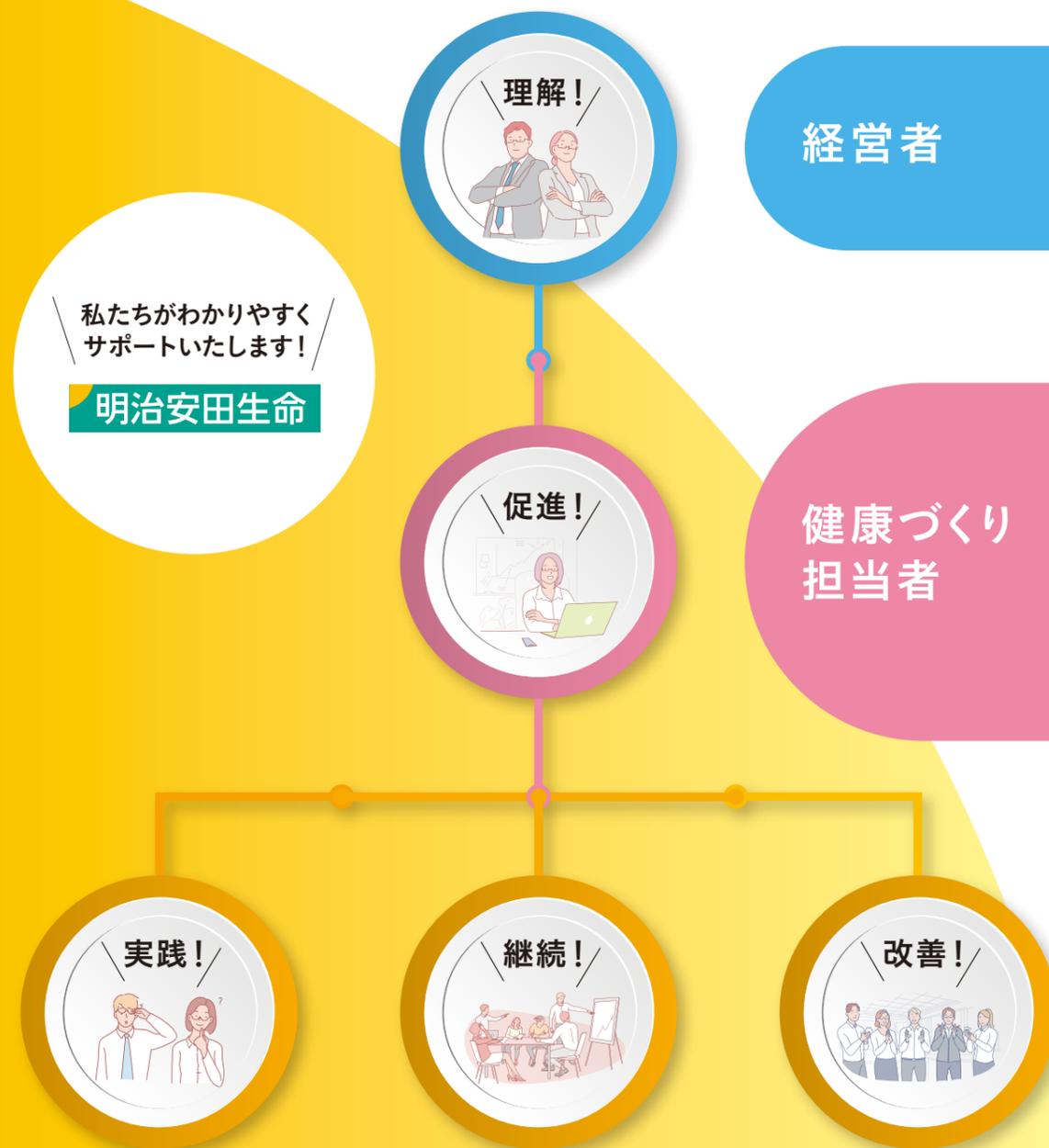
申請手続き	P.39
-------	------

健康経営®に興味はあるけれど 「何をすればよいかわからない」「誰に相談すればよいかわからない」 そんな企業のお役に立ちたい

「健康経営優良法人」の認定取得には、「経営者」「健康づくり担当者」「従業員」のそれぞれが、
いっしょに健康増進に取り組む必要があります。

明治安田生命は、「明治安田 健康経営認定支援サービス」をご用意し、

「健康経営優良法人」の認定への取組みを、弊社職員が寄り添ってわかりやすくサポートします。



経営者自らが、健康経営®の大切さに関心を持ちましょう!

経営者

「健康経営優良法人」の認定取得に向けて、準備開始!

- 健康経営の具体的な推進計画 コンテンツあり
- 健康宣言の社内外への発信および経営者自身の健診受診 コンテンツあり
- 健康づくり担当者の設置 コンテンツあり
- 健康経営の取組みに対する評価・改善 コンテンツあり
- 法令遵守・リスクマネジメント コンテンツあり

旗振り役となって、従業員一丸で健康をめざす環境を作りましょう!

健康づくり担当者

従業員の健康意識醸成につながる取組みを実践!

- 受診勧奨に関する取組み コンテンツあり
- 40歳以上の従業員の健診データの提供 コンテンツあり
- 従業員健康診断の受診 コンテンツあり
- 適切な働き方実現に向けた取組み コンテンツあり
- 50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施 コンテンツあり
- 管理職・従業員への教育 コンテンツあり
- 保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取組み コンテンツあり
- コミュニケーションの促進に向けた取組み コンテンツあり
- 私病等に関する両立支援に向けた取組み コンテンツあり
- 長時間労働者への対応に関する取組み コンテンツあり
- 受動喫煙対策に関する取組み コンテンツあり

自分のため、家族のため、仲間のため、積極的に健康増進に取り組みましょう!

従業員

健康活動の継続を後押し!

- 食生活の改善に向けた取組み コンテンツあり
- 運動機会の増進に向けた取組み コンテンツあり
- 女性の健康保持・増進に向けた取組み コンテンツあり
- メンタルヘルス不調者への対応に関する取組み コンテンツあり
- 感染症予防に関する取組み コンテンツあり
- 喫煙率の低下に向けた取組み コンテンツあり

「明治安田 健康経営認定支援サービス」にお任せください!

※健康経営®は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

健康経営®をスタート！ 組織の活性化や生産性・企業価値の向上をめざしませんか



健康経営®の進め方

STEP.1

**「健康宣言」を行ない
健康経営®をはじめましょう**



所属する保険者の「健康宣言」事業に参加し、健康経営®に取り組む姿勢を社内外に発信しましょう。また、所属する保険者と密に連携し自社の健康課題を把握するなど、取組みの土台を築きましょう。

STEP.2

**「健康経営優良法人」の
認定を取得しましょう**



自社の健康経営®の取組状況を見える化するために、認定取得をめざしましょう。設定された各項目に取り組むことで、健康経営®を確実に実践することが可能となります。また、認定取得に伴う社会的評価の獲得や自治体・金融機関等によるインセンティブを受けられるなど、さまざまなメリットを得ることができます。

STEP.3

**認定は毎年更新し
健康経営®を継続しましょう**



認定の有効期間は1年間です。更新に向けて認定取得に毎年取り組むことで、健康経営®の取組みを実践・評価・改善しながら着実に継続することが可能となります。

STEP.4

**健康経営®の取組みを
深化させましょう**



組織全体の健康診断結果の改善等、より本質的な従業員の健康課題に取り組みましょう。また、ブライツ500等の上位の認証や関連する認証取得もめざしましょう。

🔍 「健康宣言」とは

経営者が、従業員やその家族の健康管理を経営課題として意識し、組織として対策に取り組む旨を文書等への明文化を通じて意思表示することです。所属する保険者等の健康宣言事業に参加することで、健康づくり支援策等に応じたさまざまなサポートが受けられます。具体的な宣言方法は、協会けんぽ都道府県支部等、保険者に確認しましょう。

🔍 「健康経営優良法人認定制度」とは

健康経営優良法人認定制度とは、優良な健康経営を実践している企業等を「健康経営優良法人」として顕彰する制度です。経済産業省が制度設計を行ない、日本健康会議※が認定しています。

🔍 「ブライツ500」とは

健康経営優良法人(中小規模法人部門)において、「健康経営優良法人の中でも優れた企業」かつ「地域において、健康経営の発信を行なっている企業」として優良な上位500法人を表彰するものです。

※日本健康会議とは、国民一人ひとりの健康寿命延伸と適正な医療について、経済団体、医療団体、保険者等の民間組織や自治体が連携し、行政の支援のもと実効的な活動を行なうために組織された活動体です。

「明治安田 健康経営認定支援サービス」なら 「健康経営優良法人」の認定取得が計画的に進められます



取組イメージ

！ 取組スケジュールはイメージです。目安としてご確認ください。

準備期間

- 健康宣言の社内外への発信および経営者自身の健診受診
- 健康づくり担当者の設置
- 健康経営の具体的な推進計画

法令遵守・リスクマネジメント

- 40歳以上の従業員の健診データの提供
- 従業員健康診断の受診
- 受診勧奨に関する取組み
- 50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施
- 管理職・従業員への教育
- 適切な働き方実現に向けた取組み
- コミュニケーションの促進に向けた取組み
- 私病等に関する両立支援に向けた取組み
- 保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取組み
- 長時間労働者への対応に関する取組み
- 受動喫煙対策に関する取組み
- 食生活の改善に向けた取組み
- 運動機会の増進に向けた取組み
- 女性の健康保持・増進に向けた取組み
- メンタルヘルス不調者への対応に関する取組み
- 感染症予防に関する取組み
- 喫煙率の低下に向けた取組み
- 健康経営の取組みに対する評価・改善

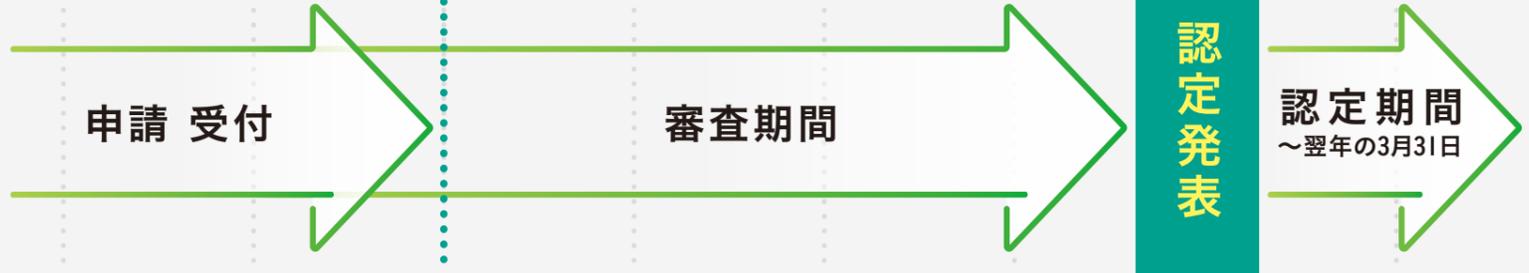
取組実施

次年度の認定取得に向けて取組みを継続

申込締切日※

コンプライアンス

- 経営者サポートプログラム……………5項目
- 健康づくり担当者サポートプログラム…11項目
- 従業員サポートプログラム……………6項目



※申込期間は、最新の情報をご確認ください

07 「健康経営優良法人」の認定取得までの流れ

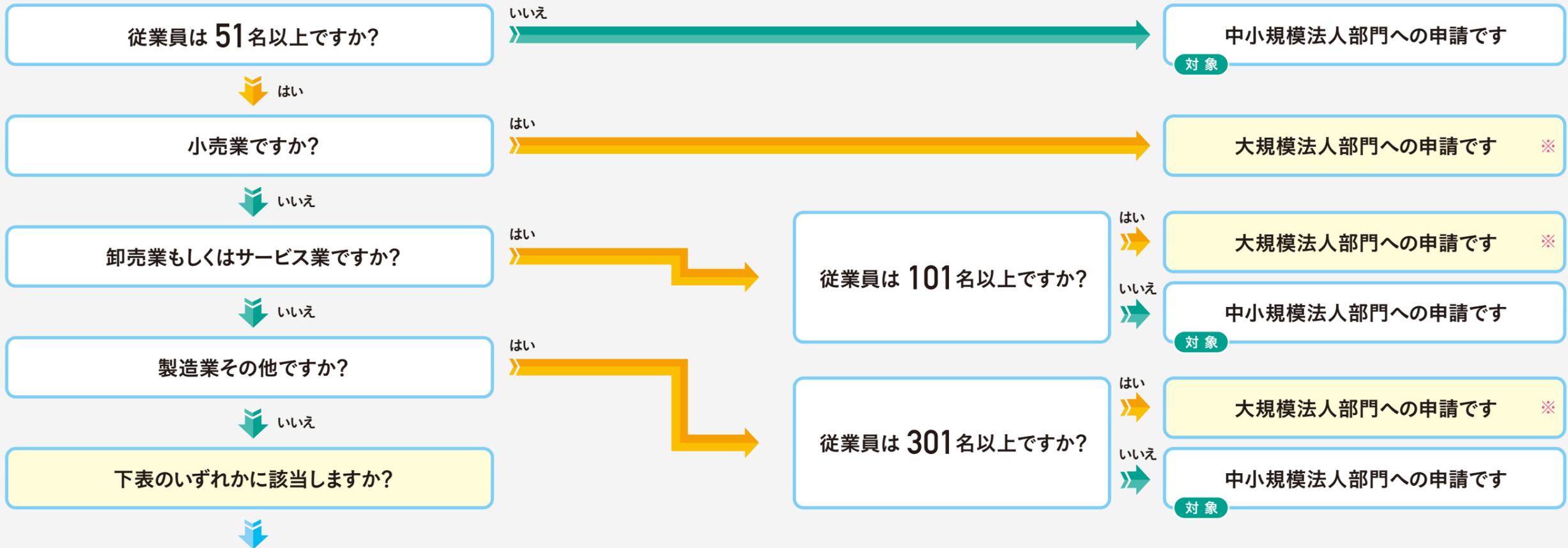
08 「健康経営優良法人」の認定取得までの流れ

貴社の法人分類・法人部門をもとに 「健康経営優良法人」の「申請区分」を確認しましょう

「明治安田 健康経営認定支援サービス」は“中小規模法人部門”の取組みをサポートするツールです



START



評価項目	従業員数
特定非営利活動法人	1人以上100人以下
医療法人、社会福祉法人、健保組合等保険者	1人以上100人以下
社団法人、財団法人、商工会議所・商工会	1人以上100人以下
公法人、特殊法人(地方公共団体、独立行政法人、公共組合、公団、公社、事業団等)	1人以上300人以下

はい → 対象 中小規模法人部門への申請です
 いいえ → 大規模法人部門への申請です

※下表の条件に当てはまる場合は、**中小規模法人部門への申請が可能です**
 (従業員数は1名以上であること)

業種	資本金の額または出資の総額
卸売業	1億円以下
小売業	5,000万円以下
サービス業	5,000万円以下
製造業その他	3億円以下

「健康経営優良法人」の取組項目をご確認ください

現在の健康経営®の取組状況を確認し、認定取得に向けて取り組む項目を選択しましょう

「健康経営優良法人」認定取得に向けた選択項目の選び方

Action.1

まずは、現在の健康経営®の取組状況を確認しましょう

「健康経営取組状況確認表」を活用して、現在の健康経営®の取組状況を確認しましょう

Action.2

健康課題を把握しましょう

健康課題を把握・分析できる
「健活分析レポート」をご活用いただけます

無償

コンテンツサービス 健活分析レポート



Action.3

課題に沿った取組を選択しましょう

例えば健康課題が「BMI」であれば
確認表の選択項目のうち、⑤⑧⑫⑬⑭等を選択しましょう

選択項目に迷ったら、
コンテンツありの項目を選択しましょう。
取り組みやすく、
役立つコンテンツでサポートします

Action.4

選択した項目の内容を確認しましょう

各項目を達成するために必要な取組内容(*)を確認し、自社の環境と照らし合わせ、
現実的に取組可能な項目に絞りましょう ※取組内容は各サポートチラシをご覧ください

Action.5

認定要件を満たせるか確認しましょう

「健康経営取組状況確認表」を活用し、
選択した項目で認定要件を満たせるか確認します

目安として、必須・選択をあわせた
最低限の取組数(14項目)に
2~3項目プラスして取り組まれる
ことをおすすめします

認定取得に向けて、取組みをスタートさせましょう!



健康経営取組状況確認表

現在取り組んでいる項目に☑しましょう

項目	実施状況	認定要件
①健康宣言の社内外への発信および経営者自身の健診受診 コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	必須
②健康づくり担当者の設置 コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	必須
③40歳以上の従業員の健診データの提供 コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	必須
④健康経営の具体的な推進計画 コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	必須
⑤従業員の健康診断の受診(受診率実質100%) コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	選択 ⑤~⑦ のうち 2項目以上
⑥受診勧奨に関する取組み コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	
⑦50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施	<input type="checkbox"/>	
⑧管理職・従業員への教育 コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	選択 ⑧~⑩ のうち 1項目以上
⑨適切な働き方実現に向けた取組み コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	
⑩コミュニケーションの促進に向けた取組み コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	
⑪私病等に関する両立支援に向けた取組み	<input type="checkbox"/>	選択 ⑫~⑱ のうち 4項目以上
⑫保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取組み	<input type="checkbox"/>	
⑬食生活の改善に向けた取組み コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	
⑭運動機会の増進に向けた取組み コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	
⑮女性の健康保持・増進に向けた取組み コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	
⑯長時間労働者への対応に関する取組み	<input type="checkbox"/>	
⑰メンタルヘルス不調者への対応に関する取組み	<input type="checkbox"/>	必須
⑱受動喫煙対策に関する取組み コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	
⑲健康経営の取組みに対する評価・改善 コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	必須
⑳定期健診の実施、50人以上の事業場におけるストレスチェックの実施、 労働基準法、労働安全衛生法に係る違反により送検されていないこと等 コンテンツあり	<input type="checkbox"/>	必須

※本確認表は「健康経営優良法人2022(中小規模法人部門)」に基づいて作成しています

経営者サポートプログラム



01 サポートプログラムの確認

経営者が実践するプログラムは、以下の5項目となります。詳しくは、(P.14) - (P.18) をご確認ください

02 実施スケジュールの記入

認定取得に向けて、各項目の「実施予定日」を記入し、予定どおりに進捗しているか、定期的に確認しましょう

SUPPORT
1

健康宣言の
社内外への発信および
経営者自身の健診受診

(P.14)

実施予定日
年 月 日

完了日
年 月 日

SUPPORT
2

健康づくり担当者の設置

(P.15)

実施予定日
年 月 日

完了日
年 月 日

SUPPORT
3

健康経営の具体的な推進計画

(P.16)

実施予定日
年 月 日

完了日
年 月 日

SUPPORT
4

健康経営の取組みに対する
評価・改善

(P.17)

実施予定日
年 月 日

完了日
年 月 日

SUPPORT
5

法令遵守・リスクマネジメント

(P.18)

実施予定日
年 月 日

完了日
年 月 日

SUPPORT
1

健康宣言の社内外への発信
および経営者自身の健診受診

健康宣言は、「取組みを通じて従業員の健康を大切にする」という、経営者による社内外への意思表示です！

取組みのイメージ

Step.01

所属する保険者(健康保険事業の運営団体)が実施している
「健康宣言」事業に参加しましょう

※宣言方法等につきましては、所属する保険者にお問い合わせください

Step.02

「健康宣言書」や「健康宣言の証」を社内外に発信しましょう

※健康宣言書や健康宣言の証は、所属する保険者により名称が異なります

所属する保険者が
「健康宣言事業」を実施していない場合は…
「健康宣言書」を作成しましょう

フォーマットサービス 「健康宣言書」の雛形と文言例の提供



Step.03

経営者が定期健康診断を受診しましょう(年に1回)

※健診を受診した証明となるものを残しておきましょう(健診結果であれば名前と日付のみ)

明治安田生命ならではの
「サービス」「サポート」を
ご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

実践的なサポート

—

健康宣言書

—

SUPPORT
2

健康づくり担当者の設置

健康づくり担当者は取組みの実務を担当します。健康経営を円滑に進めるために不可欠な存在です！

取組みのイメージ

Step.01 健康づくり担当者を設置しましょう



Step.02 健康づくり担当者の具体的な役割を決めましょう



Step.03 日付の入った「任命書」を作成し、健康づくり担当者に手渡して任命しましょう

フォーマットサービス 健康づくり担当者の「任命書」



Step.04 経営者と健康づくり担当者の話し合いの場を作りましょう



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

任命書

実践的なサポート

SUPPORT
3

健康経営の具体的な推進計画

計画を立てることで取組みを円滑に進めましょう！

取組みのイメージ

従業員の健康課題を把握しましょう

Step.01

参考 自社の健康課題を分析し、現状を把握しましょう

コンテンツサービス 健活分析レポート

無償



自社の健康課題をふまえて、取組みの「数値目標」や「具体的な計画」を設定しましょう

Step.02

フォーマットサービス 目標設定シート



Step.03

取組み後に結果を確認しましょう

明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

健活分析レポート

フォーマットサービス

目標設定シート

実践的なサポート

SUPPORT
4

健康経営の取組みに対する評価・改善

健康経営の取組実施後は、それらの評価・改善策の検討を行ないましょう！

取組みのイメージ

Step.01

「目標設定シート」を活用して取組結果を振り返り、評価しましょう



Step.02

取組結果の評価をもとに課題を洗い出し、改善策を検討しましょう

明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

実践的なサポート

SUPPORT
5

法令遵守・リスクマネジメント

自社の法令遵守、リスクマネジメントについて、現状を把握しておきましょう！

確認事項

法令違反や安全衛生状況について、3つの項目を確認しましょう

実践的なサポート 確認項目表の提供

Check.01



定期健康診断の実施

Check.02



50人以上の事業場におけるストレスチェックの実施

Check.03



従業員の健康管理に関する法令について
重大な違反をしていないこと



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

実践的なサポート

確認項目表の提供



01 サポートプログラムの確認

健康づくり担当者をサポートするプログラムは、以下の11項目となります。詳しくは、(P.20) - (P.30)をご確認ください

02 実施スケジュールの記入

認定取得に向けて、各項目の「実施予定日」を記入し、予定どおりに進捗しているか、定期的に確認しましょう

SUPPORT 1	40歳以上の従業員の健診データの提供 (P.20)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日
SUPPORT 2	従業員の健康診断の受診 (P.21)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日
SUPPORT 3	受診勧奨に関する取組み (P.22)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日
SUPPORT 4	50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施 (P.23)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日
SUPPORT 5	管理職・従業員への教育 (P.24)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日
SUPPORT 6	適切な働き方実現に向けた取組み (P.25)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日
SUPPORT 7	コミュニケーションの促進に向けた取組み (P.26)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日
SUPPORT 8	私病等に関する両立支援に向けた取組み (P.27)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日
SUPPORT 9	保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取組み (P.28)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日
SUPPORT 10	長時間労働者への対応に関する取組み (P.29)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日
SUPPORT 11	受動喫煙対策に関する取組み (P.30)	実施予定日 年 月 日	完了日 年 月 日

SUPPORT 1

40歳以上の従業員の健診データの提供

健診データの提供により、保険者との連携を深めていきましょう！

取組みのイメージ

Step.01

所属する保険者に健診データが提供されているか
確認しましょう

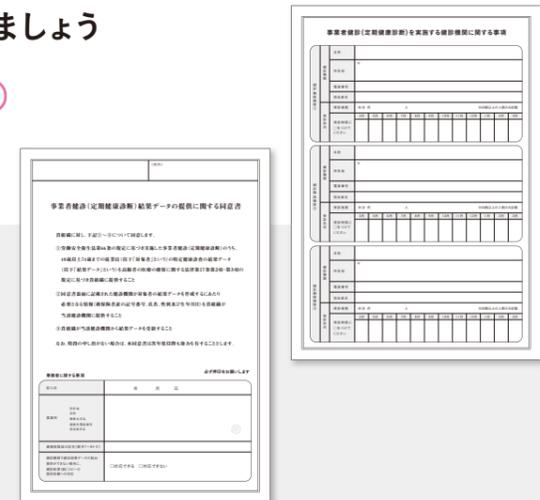
※すでにデータ提供に同意し、健診データが提供されている場合は、基準達成となります



Step.02

データを提供できていない場合は、
提供の意思表示をしましょう

フォーマットサービス 同意書



明治安田生命ならではの
「サービス」「サポート」を
ご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

実践的なサポート

同意書

SUPPORT
2

従業員の健康診断の受診

対象となるすべての従業員に健康診断受診を促しましょう！

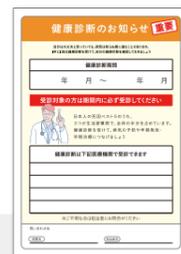
取組みのイメージ

Step.01 従業員の健康診断の受診計画を立てましょう



Step.02 従業員へ今年度の健康診断について、周知し受診勧奨を行ないましょう

フォーマットサービス 健康診断お知らせチラシ



Step.03

受診状況を定期的に把握のうえ、未受診者に受診を促し、受診率100%をめざしましょう

※健診の必要性についてメールを使って全従業員にお知らせしましょう

フォーマットサービス お知らせメール文例集



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス
健康診断お知らせチラシ
お知らせメール文例集

実践的なサポート

SUPPORT
3

受診勧奨に関する取組み

早期発見、早期治療のための後押しをしましょう！

取組みのイメージ

Step.01 健診結果から、再検査が必要な方を把握しましょう



Step.02 対象者に再検査の受診を促しましょう

フォーマットサービス 受診勧奨シート



Step.03 再検査の受診率を把握しましょう



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス
受診勧奨シート

実践的なサポート

SUPPORT
4

50人未満の事業場における ストレスチェックの実施

従業員のストレス状況を把握して、対策に取り組みましょう！

取組みのイメージ

Step.01 全ての事業場でストレスチェックを実施しましょう



Step.02 ストレスチェックの実施率を把握しましょう

明治安田生命ならではの
「サービス」「サポート」を
ご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

実践的なサポート

SUPPORT
5

管理職・従業員への教育

健康に関する知識の教育機会を設定することで、取組みへの理解を深めましょう！

取組みのイメージ

Step.01 セミナー開催に向けた詳細を決定しましょう



Step.02

セミナー開催を告知しましょう

フォーマットサービス 健康セミナーチラシ

フォーマットサービス 健康セミナーポスター



Step.03

当日は、弊社担当者がセミナー用DVDをお持ちします

コンテンツサービス セミナー用DVD

実践的なサポート 健康セミナーの運営サポート



明治安田生命ならではの
「サービス」「サポート」を
ご活用ください

コンテンツサービス

セミナー用DVD

フォーマットサービス

健康セミナーチラシ
健康セミナーポスター

実践的なサポート

健康セミナーの
運営サポート

SUPPORT
6

適切な働き方実現に向けた取組み

時間外勤務を減らすなど、働き方改革に取り組みましょう！

取組みのイメージ

Step.01 時間外労働時間を把握しましょう



Step.02

時間外労働の削減を目的に、①または②に取り組みましょう

- ① 残業の事前申告制度の導入
- ② ノー残業デー等の定時消灯日・退勤日の設定



Step.03

制度の導入を従業員に周知しましょう。
従業員が働き方にどのようなことを期待しているか、アンケート等で把握し働きやすい職場づくりに取り組みましょう

フォーマットサービス 従業員向けアンケート(職場環境について)



Step.04

取組み後の時間外労働時間の変化を把握しましょう

明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

従業員向けアンケート(職場環境について)

実践的なサポート

SUPPORT
7

コミュニケーションの促進に向けた取組み

従業員同士のコミュニケーションを促し、連携を強める取組みを実施しましょう！

取組みのイメージ

Step.01 親睦会を企画しましょう



Step.02

親睦会開催の告知をしましょう

フォーマットサービス 親睦会お知らせチラシ

フォーマットサービス 親睦会お知らせポスター



参考

対面での開催が困難な場合は
オンラインの活用も検討してみましょう



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

親睦会お知らせチラシ
親睦会お知らせポスター

実践的なサポート

SUPPORT
8

私病等に関する両立支援に向けた取組み

治療と仕事の両立支援について、従業員が相談できる窓口を設置しましょう!

取組みのイメージ

Step.01 両立支援について、事業者による基本方針等の表明と、従業員への周知を行ないましょう



Step.02 相談窓口を設置し、従業員に広く周知しましょう



Step.03 相談窓口の利用状況や周知状況を確認しましょう



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス
—

フォーマットサービス
—

実践的なサポート
—

SUPPORT
9

保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取組み

生活習慣病予防のために保健指導を実施しましょう!

取組みのイメージ

Step.01 健康診断の結果から、有所見者を把握しましょう



Step.02 有所見者に対して、医師、または保健師による保健指導を実施しましょう



Step.03 対象者における保健指導の実施率を把握しましょう

明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス
—

フォーマットサービス
—

実践的なサポート
—

SUPPORT
10

長時間労働者への対応に関する取組み

長時間労働者が発生した場合の対策を行ないましょう!

取組みのイメージ

Step.01	労働時間の取扱いについて、自社でルール(基準)を定めましょう
↓	
Step.02	従業員の時間外労働時間を適正に把握しましょう
↓	
Step.03	基準を超えた長時間労働者に対して、医師等による面接指導を実施しましょう



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

実践的なサポート

SUPPORT
11

受動喫煙対策に関する取組み

2020年4月から施行された改正健康増進法に基づいて、会社で対策を実施しましょう!

取組みのイメージ

Step.01	すべての事業場で分煙・禁煙対策を実施しましょう
↓	
Step.02	受動喫煙対策の内容を従業員に周知しましょう



- フォーマットサービス 喫煙ルールの周知チラシ
- フォーマットサービス 喫煙ルールの周知ポスター



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス
喫煙ルールの周知チラシ
喫煙ルールの周知ポスター

実践的なサポート

従業員サポートプログラム



01 サポートプログラムの確認

従業員をサポートするプログラムは、以下の6項目となります。詳しくは、(P.32) - (P.37) をご確認ください

02 実施スケジュールの記入

認定取得に向けて、各項目の「実施予定日」を記入し、予定どおりに進捗しているか、定期的に確認しましょう

SUPPORT 1	食生活の改善に向けた取組み	P.32	実施予定日 年 月 日 ↓ 完了日 年 月 日
SUPPORT 2	運動機会の増進に向けた取組み	P.33	実施予定日 年 月 日 ↓ 完了日 年 月 日
SUPPORT 3	女性の健康保持・増進に向けた取組み	P.34	実施予定日 年 月 日 ↓ 完了日 年 月 日
SUPPORT 4	メンタルヘルス不調者への対応に関する取組み	P.35	実施予定日 年 月 日 ↓ 完了日 年 月 日
SUPPORT 5	感染症予防に関する取組み	P.36	実施予定日 年 月 日 ↓ 完了日 年 月 日
SUPPORT 6	喫煙率低下に向けた取組み	P.37	実施予定日 年 月 日 ↓ 完了日 年 月 日

SUPPORT 1

食生活の改善に向けた取組み

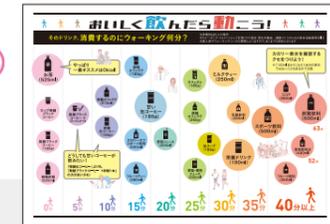
食生活の改善をしっかりと周知することは、従業員の生活習慣病等による欠勤や病休を防ぐことにもつながります！

取組みのイメージ

Step.01

ドリンクに関するポスターを自動販売機の近くに貼り、従業員に情報提供をしましょう

フォーマットサービス おいしく飲んだら動こう!ポスター



Step.02

自動販売機のドリンクを健康に配慮したラインナップに見直しましょう

Step.03

自動販売機がオフィスにない場合、食事のバランスUP月間等の社内イベントを定期的の実施しましょう

フォーマットサービス 食事バランスチェックシート

明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

おいしく飲んだら動こう!ポスター

食事バランスチェックシート

実践的なサポート

SUPPORT
2

運動機会の増進に向けた取組み

全従業員に運動を継続的に促し、生活習慣病等による業務の生産性低下の防止をめざしましょう！

取組みのイメージ

Step.01

ウォーキングを勧める「ウォーキング月間」を設定し、全従業員に周知しましょう



Step.02

チラシを使ってウォーキングの実施を従業員に促しましょう

フォーマットサービス ウォーキング勧奨チラシ

フォーマットサービス ウォーキング勧奨ポスター



参考 ウォーキングイベントを従業員に周知しましょう

コンテンツサービス Jリーグウォーキングイベント



Step.03

取組みが継続していることがわかるように実施状況を記録しましょう

フォーマットサービス ウォーキングチェックシート



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス
Jリーグ
ウォーキングイベント

フォーマットサービス
ウォーキング勧奨チラシ
ウォーキング勧奨ポスター
ウォーキングチェックシート

実践的なサポート
—

SUPPORT
3

女性の健康保持・増進に向けた取組み

女性だけでなく男性従業員も女性特有の健康課題について、知識・理解を深めましょう！

取組みのイメージ

Step.01

女性特有の健康課題について、全従業員向けのアンケートで現状を把握しましょう

フォーマットサービス 従業員向けアンケート(女性の健康課題)



Step.02

女性特有の健康課題に関するセミナーを開催しましょう

フォーマットサービス 健康セミナー周知チラシ

フォーマットサービス 健康セミナー周知ポスター

コンテンツサービス 健康セミナーDVD

実践的なサポート 健康セミナーの運営サポート



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス
健康セミナーDVD

フォーマットサービス
従業員向けアンケート
(女性の健康課題)
健康セミナー周知チラシ
健康セミナー周知ポスター

実践的なサポート
健康セミナーの
運営サポート

SUPPORT
4

メンタルヘルス不調者への対応に関する取組み

メンタルヘルスについて、窓口を設置するなどの対策を立てましょう!

取組みのイメージ

Step.01	メンタルヘルスについて、窓口を設置するなどの対策を立てましょう
↓	
Step.02	相談窓口の利用方法等を全従業員に周知しましょう



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

実践的なサポート

SUPPORT
5

感染症予防に関する取組み

従業員の感染症予防対策のために、具体的な取組みを実施しましょう!

取組みのイメージ

Step.01	アルコール消毒液を設置しましょう
↓	
Step.02	マスクを配布しましょう
↓	
Step.03	<p>感染症予防の取組みを従業員に周知しましょう</p> <p>フォーマットサービス 効果的な手指の消毒方法チラシ</p> <p>フォーマットサービス 効果的な手指の消毒方法ポスター</p>



明治安田生命ならではの「サービス」「サポート」をご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス
効果的な手指の消毒方法チラシ
効果的な手指の消毒方法ポスター

実践的なサポート

SUPPORT
6

喫煙率低下に向けた取組み

従業員に対して、たばこの健康への影響の研修等、情報提供を行ないましょう！

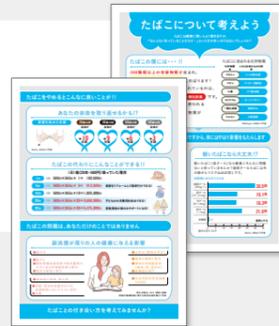
取組みのイメージ

Step.01 従業員の喫煙率を把握しましょう



Step.02 たばこの健康への影響について、
全従業員に情報提供しましょう

フォーマットサービス たばこの害チラシ



Step.03 禁煙月間・禁煙デー等、禁煙を促すイベントを
定期的の実施しましょう



Step.04 取組結果を確認するため、喫煙率を適宜把握しましょう

明治安田生命ならではの
「サービス」「サポート」を
ご活用ください

コンテンツサービス

フォーマットサービス

実践的なサポート

たばこの害チラシ

必要となる申請項目数の確認、証跡となる書類等を準備して申請に臨みましょう

健康経営取組状況確認表

01 実施項目を確認しましょう

実施した項目に☑しましょう

項目	実施状況	認定要件
①健康宣言の社内外への発信および経営者自身の健診受診	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	必須
②健康づくり担当者の設置	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	必須
③40歳以上の従業員の健診データの提供	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	必須
④健康経営の具体的な推進計画	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	必須
⑤従業員の健康診断の受診(受診率実質100%)	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	選択 ⑤～⑦ のうち 2項目以上
⑥受診勧奨に関する取組み	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	
⑦50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施	<input type="checkbox"/>	
⑧管理職・従業員への教育	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	選択 ⑧～⑪ のうち 1項目以上
⑨適切な働き方実現に向けた取組み	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	
⑩コミュニケーションの促進に向けた取組み	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	
⑪私病等に関する両立支援に向けた取組み	<input type="checkbox"/>	選択 ⑫～⑱ のうち 4項目以上
⑫保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取組み	<input type="checkbox"/>	
⑬食生活の改善に向けた取組み	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	
⑭運動機会の増進に向けた取組み	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	
⑮女性の健康保持・増進に向けた取組み	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	
⑯長時間労働者への対応に関する取組み	<input type="checkbox"/>	
⑰メンタルヘルス不調者への対応に関する取組み	<input type="checkbox"/>	
⑱感染症予防に関する取組み	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	必須
⑲喫煙率低下に向けた取組み	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	
⑳受動喫煙対策に関する取組み	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	
㉑健康経営の取組みに対する評価・改善	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	必須
㉒定期健診の実施、50人以上の事業場における ストレスチェックの実施、労働基準法、労働安全衛生法に 係る違反により送検されていないこと等	コンテンツあり <input type="checkbox"/>	必須

※本確認表は「健康経営優良法人2022(中小規模法人部門)」に基づいて作成しています

02 経済産業省が提供する「申請内容記載表」シートの設問に回答

！ 「アンケート(任意回答)」シートに回答
回答は任意であり、認定審査には使用しません

※申請方法は変更する可能性があります。申請時は経済産業省のホームページ等の最新の情報をご確認ください

03 所定のExcelファイルを申請法人用サイトにアップロード

健康経営 申請



申請手続きについて、ご不明点やご質問等がございましたら、弊社担当者までご連絡ください

