

# 沖縄県健康づくり表彰(がんじゅうさびら表彰)応募用紙

## 【健康づくり 事業所 部門】(令和6年度)



※応募用紙は記入例を参考に作成して下さい。

### 記入例

#### 《事業所概要》

(ふりがな) 事業所等名	かぶしがいいしゃ けんぞう 株式会社 ケンゾウ	(ふりがな) 代表者氏名	おきなわ けんぞう 代表取締役社長 沖縄 健増
業種	情報通信業	雇用者数 (令和6年3月末)	65人
事業所等の概要	ネットワークソリューション、インターネット関連サービス		
うちなー健康経営宣言 登録状況	<input checked="" type="checkbox"/> 登録済 (宣言証(書)番号:1)		<input type="checkbox"/> 未登録

#### 《応募担当者》

部署名	総務部		(ふりがな) 役職・氏名	けんこう たろう 総務課長 健康 太郎
連絡先	(住所)	〒900-8570 那覇市泉崎1-2-2		
	(電話)	098-866-2209	(FAX)	098-866-2289
	(メール)	aa030320@pref.okinawa.lg.jp		

#### 【添付書類】

- ① 事業所等の定款又はこれに準ずる規則等
- ② 応募する取組の内容がわかる資料(取組内容の詳細や取組に関する写真等)
- ③ 交付を受けている「うちなー健康経営宣言」宣言証の写し及び代表者メッセージ・取組事項(沖縄労働局のHPから取得可)

- 1 必要に応じ、訪問や電話等によるヒアリング、資料の追加提出をお願いする場合があります。
- 2 ご応募いただいた内容や写真は、当表彰制度の広報等に使用させていただきます。
- 3 実施要項に基づき、応募内容が適当でないと判断した場合は応募を取り消す場合がございます。
- 4 応募書類は原則として返却いたしませんので、ご了承ください。
- 5 うちなー健康経営宣言を行った後、その後1年以上の取り組みを行っている事業所が応募対象となります。

#### 《推薦者》※他薦の場合のみ、ご記入ください。

団体等名		(ふりがな) 代表者氏名	
担当部署		(ふりがな) 担当者氏名	
連絡先	(住所)	〒	
	(電話)		(FAX)
	(メール)		

## 1 従業員の健康管理等に関する取組状況(令和5年度)

(1) 健康診断受診率	100.0% %	$(b)/(a) \times 100$	(a)対象者	65 人	(b)実施人数	65 人
(2) 健診有所見者 保健指導率(※1)	86.4% %	$(d)/(c) \times 100$	(c)保健指導 対象者	22 人	(d)保健指導 実施人数	19 人
(3) がん検診の取組 状況	取組		具体的な内容			
	<input checked="" type="checkbox"/>	休暇制度	勤務時間内の検診は出勤扱いとしている。  (例:健(検)診の受診は出勤扱いとしている。)等			
	<input checked="" type="checkbox"/>	受診助成 (※2)	職場健診は35歳以上に生活習慣病予防健診を実施し、がん検診受診を会社負担している。  (例:がん検診費用補助、定期健診にがん検診を付加項目として追加している。)等			
	<input checked="" type="checkbox"/>	受診勧奨	担当者が予約状況を確認し、要検査の場合には受診勧奨を行っている。  (例:検診結果を基に、要精密検査者へ受診勧奨を行っている。)等			
<input checked="" type="checkbox"/>	その他	社内掲示板にがん対策コーナーを設け、検診を含む様々ながんに関する情報を掲示している。  (例:がん検診に関する周知啓発を行っている。)等				

※1 保健指導対象者がいない(有所見者がいない)場合は、その旨をご記入下さい。保健指導率100%とみなします。

※2 受診助成とは、例えば協会けんぽの実施する生活習慣病予防健診(検便:大腸がん検診、胃部レントゲン(バリウム)・胃内視鏡検査:胃がん検査)の自己負担額や、一般健診に追加できる乳がん検診や子宮頸がん検診の自己負担額を会社が負担する場合や、他の保険者が提供する同様のサービスにおいて自己負担額を会社が負担する等が該当する。なお、一般健診の項目に含まれる胸部レントゲン検査(肺がん検診)は対象外。

## 2 受動喫煙対策について

(1) 禁煙措置	敷地内完全禁煙 ・ <b>施設内完全禁煙</b> ・ 禁煙措置を実施していない
----------	---

## 3 健康づくりに取り組んだきっかけや目的

業務の都合上、納期前や残業があると生活が不規則になり、慢性的に運動不足や野菜不足となっている社員が多かった。  
また、健康診断の結果から肥満や高血圧の所見があるが、細かく確認せず自身の健康について把握していない現状が見受けられた。  
健康面やメンタル面などに影響を及ぼす可能性も出てくることから従業員の健康を考えることは、業務の作業効率の維持、向上にも繋がると考え、経営者から従業員に対し積極的に意識を向け、健康経営を実施しようと取組をはじめた。  
会社が健康づくりを積極的にサポートすることで、社員が仲間と一緒に健康習慣を身につけ、活気に満ちたより良い職場となることを目指している。  
社員の健康を維持・改善するために、運動不足の解消と健康的な食生活を取り戻すことが大切と考え、まずは一日の歩数や食べた野菜の記録をつけることから始めた。また、健康診断の結果を踏まえ、現状を把握するよう促している。

## 健康づくりに関する代表的な取組内容

- 4 ※実施期間、取組内容、実績(参加人数等)や成果(具体的行動変容等)、該当分野(複数可)をご記入下さい。  
 ※「うちなー健康経営宣言」宣言証の発行年月以降、1年以上実施している取組が対象です。  
 ※取組が3つ以上ある場合は、別紙の取組一覧にご記入下さい。

取組 (1)	実施期間	平成27年4月～継続中	例) 令和4年5月～継続中
	取組内容	【ウォーキングの推奨】 目標歩数を設定し、歩数を記録。毎月グラフ化し社内報告と掲示を行っている。	
	実績・成果	歩くことを意識するようになり、なるべく階段を使うようになった。中には1日5,000歩を目標にスタートしたが、2年目には毎日7,000歩を達成するなど歩数をのばしている社員もいる。	
	該当分野	<input type="checkbox"/> 栄養・食生活 <input checked="" type="checkbox"/> 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> たばこ対策 <input type="checkbox"/> アルコール <input type="checkbox"/> 休養・こころの健康 <input type="checkbox"/> 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 健診(検診)受診勧奨 <input type="checkbox"/> その他 ( )	
取組 (2)	実施期間	令和元年6月～継続中	例) 令和4年5月～継続中
	取組内容	【歯磨きのやり方等の周知】 各トイレに歯磨きのやり方、歯間ブラシの重要性、歯周病予防等の情報を記載した掲示物を貼付し、効果的な歯磨きを促進している。	
	実績・成果	余計な力を入れない歯磨きを意識するようになった。	
	該当分野	<input type="checkbox"/> 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> たばこ対策 <input type="checkbox"/> アルコール <input type="checkbox"/> 休養・こころの健康 <input checked="" type="checkbox"/> 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 健診(検診)受診勧奨 <input type="checkbox"/> その他 ( )	
取組 (3)	実施期間	平成30年9月～継続中	例) 令和4年5月～継続中
	取組内容	【野菜表の活用】 毎日5種類の野菜の摂取を目標に、食べた野菜の記録をつけている。	
	実績・成果	記録することで野菜不足の場合普段の食事に野菜が少ないことの気づきになり、野菜の種類を多くとるよう意識する等成果をあげている。	
	該当分野	<input checked="" type="checkbox"/> 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> たばこ対策 <input type="checkbox"/> アルコール <input type="checkbox"/> 休養・こころの健康 <input type="checkbox"/> 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 健診(検診)受診勧奨 <input type="checkbox"/> その他 ( )	

**5 今後の取組計画****※現在の取組結果を踏まえた改善計画、継続・発展が可能な体制づくり、予定している新規取組等**

ウォーキングの歩数が停滞している社員やノー残業DAY取得推進の為、週に1回(ノー残業DAYの水曜日の終業後)職場近くの公園でウォーキング会を計画予定。

その他新規計画として地域ウォーキングイベントへの参加、スポーツ大会の企画を検討している。

**◆欠格事項に関する自己申告**

本表彰への応募にあたり、

過去5年間に、重大悪質な事案で法令等に違反し、処分等を受けたことはありません。

令和6年4月15日

代表者名

株式会社 ケンゾウ  
代表取締役社長 沖縄 健三

Ⓔ

【別紙】  
健康づくりに関する取組一覧

事業所等名:株式会社 ケンゾウ

取組 (4)	実施期間	平成28年4月～継続中	例)令和4年5月～継続中
	取組内容	【喫煙者に対するサポートの取組】 喫煙者に対して喫煙外来の案内や保険適用要件の指導を行っている。	
	実績・成果	キメの細かいサポートを続けることで2名が禁煙に成功した。	
	該当分野	<input type="checkbox"/> 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 身体活動・運動 <input checked="" type="checkbox"/> たばこ対策 <input type="checkbox"/> アルコール <input type="checkbox"/> 休養・こころの健康 <input type="checkbox"/> 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 健診(検診)受診勧奨 <input type="checkbox"/> その他 (   )	
取組 (5)	実施期間	平成28年6月～継続中	例)令和4年5月～継続中
	取組内容	【保健師による生活習慣改善講座を実施】 協会けんぽに依頼し、毎年生活習慣改善講座を実施している。	
	実績・成果	知識として多くのことを知ることができたとともに、実際に体を動かすことで日頃の運動不足等を認識する良いきっかけとなり、参加者からも高評価であった。講座受講の目的である健康への関心・意識付けを図れた。	
	該当分野	<input checked="" type="checkbox"/> 栄養・食生活 <input checked="" type="checkbox"/> 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> たばこ対策 <input type="checkbox"/> アルコール <input checked="" type="checkbox"/> 休養・こころの健康 <input type="checkbox"/> 歯と口の健康 <input checked="" type="checkbox"/> 健診(検診)受診勧奨 <input type="checkbox"/> その他 (   )	
取組 (6)	実施期間		例)令和4年5月～継続中
	取組内容		
	実績・成果		
	該当分野	<input type="checkbox"/> 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> たばこ対策 <input type="checkbox"/> アルコール <input type="checkbox"/> 休養・こころの健康 <input type="checkbox"/> 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 健診(検診)受診勧奨 <input type="checkbox"/> その他 (   )	

取組 (7)	実施期間	例) 令和4年5月～継続中
	取組内容	
	実績・成果	
	該当分野	<input type="checkbox"/> 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> たばこ対策 <input type="checkbox"/> アルコール <input type="checkbox"/> 休養・こころの健康 <input type="checkbox"/> 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 健診(検診)受診勧奨 <input type="checkbox"/> その他 ( )
取組 (8)	実施期間	例) 令和4年5月～継続中
	取組内容	
	実績・成果	
	該当分野	<input type="checkbox"/> 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> たばこ対策 <input type="checkbox"/> アルコール <input type="checkbox"/> 休養・こころの健康 <input type="checkbox"/> 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 健診(検診)受診勧奨 <input type="checkbox"/> その他 ( )
取組 (9)	実施期間	例) 令和4年5月～継続中
	取組内容	
	実績・成果	
	該当分野	<input type="checkbox"/> 栄養・食生活 <input type="checkbox"/> 身体活動・運動 <input type="checkbox"/> たばこ対策 <input type="checkbox"/> アルコール <input type="checkbox"/> 休養・こころの健康 <input type="checkbox"/> 歯と口の健康 <input type="checkbox"/> 健診(検診)受診勧奨 <input type="checkbox"/> その他 ( )