

必須項目	事業所名	取組内容	実施・完了予定月	取組状況
			健康診断の100%実施	8月
		健診結果に基づく保健指導の実施	1月	
		特定保健指導の勸奨	3月	
		要再検査及び要治療対象者への受診勧奨	11月	

この枠内は必須項目です  
進行状況を確認し、  
実施・完了したら  
取組状況に「○」をしましょう

※宣言する「我が社の健康づくり・取組内容」に「1」を入力してください

選択項目	取組内容 該当があれば 1を入力	我が社の健康づくり・取組内容	実施・完了予定月	取組状況
① 健康増進・ 生活習慣病 対策		生活習慣病予防の健康講話の実施・参加		
		安全週間、衛生週間での健康講話の実施		
		現場における衛生教育(熱中症予防等)の実施		
	1	健康診断会場での健康相談、栄養相談の実施	7～8月	
	1	健康づくり担当者の設置	7月～	
		社内に血圧計や体重計等の設置		
		社員の家族への健診受診の呼びかけ その他 ( )		
② 食生活の 改善	1	食生活の改善に向けた栄養講話の実施・参加	全国土木に相談	
		管理栄養士による栄養相談の実施		
		栄養や食生活に関する情報提供(ポスターやメール等)		
		飲料自販機の内容改善		
		その他 ( )		
③ 運動の推進	1	職場内でラジオ体操、ストレッチの実施	4月～	
		階段利用の促進、運動の促進		
	1	アプリ等を利用したウォーキングの推進	歩活に参加	
		スポーツイベントの開催・参加 その他 ( )		
④ 禁煙対策	1	屋内禁煙、完全分煙の実施	令和元年度から実施	○
	1	禁煙に向けたポスター掲示等の周知活動	5月	
	1	禁煙セミナーの実施・参加	全国土木に相談	
		就業時間中の禁煙 その他 ( )		
⑤ 感染症対策		インフルエンザの予防接種の推進		
	1	マスク、うがい薬、アルコール消毒液等の配布・設置		
		感染症予防についてのポスター掲示		
		予防接種時間の勤務時間認定 その他 ( )		
⑥ こころの 健康づくり	1	ストレスチェックの実施		
		メンタルヘルスに関する研修会の実施・参加		
	1	社内外の相談窓口の設置	平成29年から実施	○
		コミュニケーション促進のためのレクリエーション等の実施 その他 ( )		
⑦ 治療と 職業生活の 両立支援		就業上必要な対応方針の策定		
		今年度取り組む予定のない項目については、 次年度以降検討しましょう		
		社内の相談窓口の設置 その他 ( )		
⑧ 女性の健康の 保持増進		ポスターの掲示・リーフレットの配布		
	1	子宮頸がん検診・乳がん検診に対する全国土木補助の周知	平成30年から実施	○
	1	研修・セミナー等の実施・参加	10月	
	1	社内の相談窓口の設置 その他 ( 女性専用休憩室の設置 )	8月予定	
⑨ 長時間労働 への対応 (ワークライフ バランス)	1	ノー残業デーの設定	5月～	
		過重労働防止に向けた対応		
		年次有給休暇取得の促進		
	1	アニバーサリー休暇の導入 その他 ( 土曜休工の実施 )		

検討したいこと・相談したいこととはお気軽に  
健康支援室にお問い合わせください

選択項目1つにつき  
1つ以上の取組内容を実施できるよう  
計画を立ててください

既の実施しているものがあれば  
「取組内容」欄に「1」を入力し、  
「取組状況」欄に「○」してください

計画の立て方、具体的取組方法のご相談は  
お気軽に健康支援室にご連絡ください

※取り組み実施後に「取組状況」欄に「○」を入力する

