

ヘルスアップチャレンジ2026～健康事業所宣言～取組状況チェック表

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

※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			
	健康診断会場での健康相談、栄養相談の実施			
	健康づくり担当者の設置			
	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・情報提供			
	その他 ()			
② 食生活の 改善	食生活の改善に向けた栄養講話の実施・参加			
	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	職場内でラジオ体操、ストレッチの実施			
	階段利用の促進、運動の促進			
	アプリ等を利用したウォーキングの推進			
	スポーツイベントの開催・参加			
	その他 ()			
④ 禁煙対策	屋内禁煙、完全分煙の実施			
	禁煙に向けたポスター掲示等の周知活動			
	禁煙セミナーの実施・参加			
	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			
	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	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			
	社内外の相談窓口の設置			
	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			
	傷病休暇制度の導入			
	勤務時間内に通院可能な制度の導入			
	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			
	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			
	研修・セミナー等の実施・参加			
	社内の相談窓口の設置			
	その他 ()			
⑨ 長時間労働 への対応 (ワークライ バランス)	ノー残業デーの設定			
	過重労働防止に向けた対応			
	年次有給休暇取得の促進			
	アニバーサリー休暇の導入			
	その他 ()			