

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
	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		
② 食生活の 改善		その他 ()		
		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		
③ 運動の推進		その他 ()		
		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		
④ 禁煙対策		その他 ()		
		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		
⑤ 感染症対策		その他 ()		
		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		
⑥ こころの 健康づくり		その他 ()		
		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		
⑦ 治療と 職業生活の 両立支援		その他 ()		
		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		
⑧ 女性の健康の 保持増進		その他 ()		
		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		
⑨ 長時間労働 への対応 (ワークライフ バランス)		その他 ()		
		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		