

| 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       |      |
|      |      |  | 特定保健指導の勧奨          | 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<br>該当があれば<br>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<br>健康増進・<br>生活習慣病<br>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            |             |      |
| ②<br>食生活の<br>改善                        |                        | その他 ( )                     |             |      |
|  | 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                  |             |      |
| ③<br>運動の推進                             |                        | その他 ( )                     |             |      |
|  | 1                      | 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               |             |      |
|  | 1                      | アプリ等を利用したウォーキングの推進          | どけぼんウォークに参加 |      |
|  |                        | スポーツイベントの開催・参加              |             |      |
| ④<br>禁煙対策                              |                        | その他 ( )                     |             |      |
|  | 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                    |             |      |
| ⑤<br>感染症対策                             |                        | その他 ( )                     |             |      |
|  |                        | 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               |             |      |
| ⑥<br>こころの<br>健康づくり                     |                        | その他 ( )                     |             |      |
|  | 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 |             |      |
| ⑦<br>治療と<br>職業生活の<br>両立支援              |                        | その他 ( )                     |             |      |
|  |                        | 就業時間中の禁煙                    |             |      |
|  |                        | 社内での相談窓口の設置                 |             |      |
|  |                        | その他 ( )                     |             |      |
|  |                        | ポスターの掲示・リーフレットの配布           |             |      |
| ⑧<br>女性の健康の<br>保持増進                    |                        | その他 ( )                     |             |      |
|  | 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         |      |
|  |                        | 社内の相談窓口の設置                  |             |      |
|  | 1                      | その他 ( 女性専用休憩室の設置 )          | 8月予定        |      |
| ⑨<br>長時間労働<br>への対応<br>(ワークライフ<br>バランス) |                        | その他 ( )                     |             |      |
|  | 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 )             |             |      |
|  | 1                      |                             |             |      |

検討したいこと・相談したいことはお気軽に  
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

既に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

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

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「○」をつけたものを

