

健康経営、始めませんか？

健康経営®とは、従業員の健康を経営的な投資と捉え、健康促進に積極的に取り組む企業経営スタイルです。

※健康経営はNPO法人健康経営研究会の登録商標です

健康経営の必要性

- ・ 少子高齢化による労働人口の減少 → 働き手不足がさらに加速していく…
- ・ 労働災害や事故、体調不良による遅刻・欠勤・休職 → 他の従業員への負担増加、労働生産性の低下



健康経営に取り組むことで

労働生産性の向上・企業イメージの向上・医療費の削減が期待できます

他の事業所の取組を参考に、できることから始めてみませんか？

分野	取組事例（しまね☆まめなカンパニー）
たばこ	・ 県の「たばこ対策取組宣言」を実施 ・ 会社独自の禁煙デーや禁煙（節煙）週間を設置、禁煙外来受診補助を設ける
運動	・ 始業前や隙間時間にラジオ体操、ストレッチ体操を実施 ・ 階段の利用の促進、社内運動会の実施、研修等に合わせて運動を実施
食	・ 朝食や野菜の摂取状況アンケートの実施 ・ 自販機での甘い飲み物の購入を避けてもらうため、給茶機を設置
アルコール	・ 社内報にお酒に関する情報を掲載、アルコールに関する相談窓口の周知 ・ 適正飲酒について呼びかけ
歯と口腔	・ 食後の歯磨きを奨励 ・ 歯科健診の実施
こころ	・ ストレスチェックの実施、心の健康に関する相談窓口の周知 ・ レクリエーションによるコミュニケーションの促進
がん検診・各種健診 の啓発	・ 健診（検診）や2次検診の受診勧奨、健診日の周知 ・ がん検診（婦人科系含む）や人間ドックの費用を会社が負担
治療と仕事 の両立支援	・ 治療のために柔軟な休暇（時間単位など）の取得制度 ・ 管理職向け研修会の開催や新入職員への周知 ・ 復帰支援プログラムの作成、復帰後の勤務体制の変更など柔軟に対応

健康経営に関する認定を受けませんか？

登録すると取組支援や金利優遇制度などがあります！

- ・ **しまね☆まめなカンパニー**：島根県内の全事業所対象

5つのメニューからできることを取組み、申請書を保健所へ提出。

- ・ **ヘルス・マネジメント認定制度**：協会けんぽ加入事業所対象

事業所カルテ（自社の検診結果などを分析したもの）から課題に対して健康宣言エントリーシートを提出。

出雲市は従業員がいきいきと働ける環境づくりを応援します！

お気軽にご相談ください

お問合せ 出雲市健康増進課 電話：0853-21-6976

出雲市今市町70 E-mail: kenkou@city.izumo.shimane.jp



サービス・制度・相談窓口の一覧

	サービス名	サービス・相談の内容	対象	問い合わせ先
健診・保健指導	健康診断	被保険者の方は生活習慣病予防健診、被扶養者の方は特定健診の費用を助成	全国健康保険協会の加入者	全国健康保険協会島根支部 Tel0852-59-5204
	特定保健指導	特定健診結果で保健指導の対象者への生活習慣改善の支援	全国健康保険協会の加入者	全国健康保険協会島根支部 Tel0852-59-5204
	健康診断事後措置	医師の意見聴取・健康相談 保健師による職場訪問・保健指導【無料】	労働者50人未満の事業場	出雲地域産業保健センター Tel0853-21-1225
がん対策	がん検診	各種がん検診の実施 （胃・大腸・肺・乳・子宮頸がん）	出雲市民	出雲市健康増進課 Tel0853-21-6976
		生活習慣病予防健診に含まれるがん検診（胃、大腸、肺がん）の実施	全国健康保険協会の加入者	全国健康保険協会島根支部 Tel0852-59-5204
メンタルヘルス	事業場における心の健康づくり 心の健康づくり計画助成金	専門スタッフ（産業カウンセラー、社労士、保健師等）の訪問による事業場における心の健康づくり計画策定支援【無料】	全事業場	島根産業保健総合支援センター Tel0852-59-5801
	労働者の心の健康についての支援	メンタルヘルス不調者の早期発見と適切な対応への支援【無料】		
	メンタルヘルス教育	管理監督者や若年者を対象としたメンタルヘルス教育の実施【無料】		
	ストレスチェック制度導入支援 ストレスチェック助成金 職場環境改善計画助成金	法令、マニュアルに沿ったストレスチェック制度導入支援【無料】 集団分析を活用した職場環境改善計画の作成支援【無料】		
	高ストレス者に対する医師による面接指導	面接を希望する高ストレス者に対し医師による面接指導の実施【無料】	労働者50人未満の事業場	出雲地域産業保健センター Tel0853-21-1225
	こころの健康相談	こころの相談、物忘れ相談、お酒に関する困りごとなど【無料】	県民	出雲保健所健康増進課 Tel0853-21-8785
	受動喫煙防止対策	改正健康増進法について	全事業場	出雲保健所健康増進課 Tel0853-21-8785
たばこ対策	受動喫煙防止対策	受動喫煙防止対策の専門的なことについて	全事業場	日本労働安全衛生コンサルタント会 Tel050-3537-0777 島根産業保健総合支援センター Tel0852-59-5801
		禁煙相談、禁煙支援、禁煙治療	禁煙希望者	県内禁煙治療実施医療機関、禁煙支援薬局は県のホームページから確認ください。
	禁煙支援	禁煙相談、禁煙支援、禁煙治療	禁煙希望者	県内禁煙治療実施医療機関、禁煙支援薬局は県のホームページから確認ください。

	サービス名	サービス・相談の内容	対象	問い合わせ先
治療と仕事の両立支援	治療と仕事の両立支援相談窓口	働きながら治療を続ける労働者、職場復帰を目指す労働者の困りごと等に関する相談【無料】	患者（労働者）やその家族、勤務先の事業場の方	島根産業保健総合支援センター Tel0852-59-5801 島根大学医学部附属病院がん相談支援センター Tel0853-20-2518 島根県立中央病院 やおよらず相談プラザ内 入退院支援・地域医療連携センター
	治療と仕事の両立支援に関する事業場の環境整備	専門スタッフ（両立支援促進員）の訪問による、治療と仕事の両立支援社内制度整備（各種健康経営認定の項目達成を含む）に関する支援【無料】	全事業主	島根産業保健総合支援センター Tel0852-59-5801
	治療と仕事の両立支援助成金	治療と仕事の両立支援制度の導入の事業主に助成金を支給（環境整備コース・制度活用コース）		
妊娠・出産・子育ての支援	両立支援等助成金（育児休業等支援）	育児取得時・職場復帰時、代替要員確保時、職場復帰後支援の際に事業主に助成金を支給	中小企業事業主	島根労働局 雇用環境・均等室 Tel0852-20-7007
	両立支援等助成金（再雇用等評価処遇）	妊娠、出産、育児または介護を理由に退職した者が、就業が可能になったときに復帰でき、適切に評価され、配置・処遇される再雇用制度を導入し、かつ希望する者を採用した事業主に助成金を支給	全事業主	島根労働局 雇用環境・均等室 Tel0852-20-7007
	出産後職場復帰奨励金	従業員が出産後職場に復帰しやすい職場環境づくりを推進し、出産や育児による離職を減らし継続雇用を促すため、中小・小規模事業者等に奨励金を支給	島根県内に本社がある中小事業者等で従業員50人未満の県内事業場	松江商工会議所 Tel0852-25-2556 島根県商工会連合会（本所）Tel0852-21-0651
	しまね子育て応援企業	仕事と生活の調和と男女共同参画を推進し、子育てにやさしい職場づくりに積極的に取り組んでいる企業を「こっころカンパニー」として認定。企業のイメージアップ、県発注工事等で優遇	事業主	島根県子ども・子育て支援課 Tel0852-22-6475
	しまね女性の活躍応援企業	女性がいきいきと働き続けやすい職場環境の整備など、女性の活躍推進に向けて積極的に取り組む企業・団体を「しまね女性の活躍応援企業」として登録。登録企業を対象とする補助金制度あり	事業主	島根県男女共同参画室 Tel0852-22-5245
	過重労働対策	長時間労働者に対する医師による面接指導	労働者50人未満の事業場	出雲地域産業保健センター Tel0853-21-1225
啓発・イノベーションの推進	企業向け出前講座	【目的】誰もが安心して働きやすい職場づくりの推進 【内容】働き方改革やワーク・ライフ・バランスの啓発、ハラスメント予防などに関して講師を無料で派遣	事業主、団体	出雲市市民生活活動支援課 Tel0853-21-6952
その他健康づくりに関する	健康教育（出前講座）	食生活・たばこ・運動・フレイルロコモ・こころ・歯と口腔・がん・高血圧・生活習慣病【無料】	全事業場	出雲保健所健康増進課 Tel0853-21-8785
	健康相談・栄養・運動相談（すこやかライフ相談）	保健師、栄養士等による相談【無料】 健康チェック（骨密度・血管年齢・体組成測定）【無料】	出雲市民	出雲市健康増進課 Tel0853-21-6979
	ヘルスアップサポート事業	食生活・たばこ・運動・歯科等の出前講座【無料】	ヘルスマネジメント認定制度エントリー事業所	全国健康保険協会島根支部 Tel0852-59-5204
	研修会	働く人の健康づくりセミナー【無料】	全事業場	出雲保健所健康増進課 Tel0853-21-8785