

健康経営 実践年間スケジュール表

2026				年度	企業名	仙味エクス株式会社			健康経営推進責任者名 健康経営推進担当者名		茂島 秀幸 高橋 時英		目標の 期限			4 月 15 日 ～ 3 月 31 日			打ち合わせ日			2026	年	4	月	15	日	
当社の健康課題（内容）				①血圧リスク保有率が県支部平均に比べ高い（2024年度：県支部平均48.6%に対し当社50.5%）、②腹囲リスク保有率が県支部平均に比べ高い（2024年度：県支部平均36.3%に対し当社42.4%）											振り返り内容・次年度に向けて				振り返り日			年		月		日		
当社の具体的な目標（数値目標）				①②共に県支部平均より改善させる																								
目標に対する施策				血圧リスク・腹囲リスクの改善に向け、「減塩」「運動習慣」「体重管理」の3点を重点施策とする。具体的には、①社員食堂や弁当での健康メニュー導入、血圧測定キャンペーンの実施、②1日8,000歩を目標としたウォーキングや階段利用の推進、③保健師による個別保健指導や体重管理チャレンジを実施する。特に腹囲リスク保有者への継続的な生活習慣改善支援を強化し、県支部平均以下を目指す。																								
認定要件	申請書 Q番号	評価項目		内容※	解説		評価・改善_測りたい 指標にチェック✓	現在の 状況	取り組み施策等			4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	備考欄				
必須	Q6	健康宣言の社内外への発信及び経営者自身の健診受診		健康宣言	従業員に文書や掲示板を通じて/健康宣言証を事務所入口に掲示/自社HPに掲載/保険者のHPに掲載			○	健康宣言証を事務所入口に掲示/自社HPに掲載		計画			○	○													
必須	Q8	健康づくり担当者の設置		組織体制	事業場毎に健康づくり担当者を設置（健診担当者など）任命書、議事録等準備			○	総務の堀津社員を担当者として任命		計画	○																
必須	Q10	健康経営の具体的な推進計画		健康習慣アンケート	年1回以上実施		☐ 喫煙率 ☒ 欠勤（アブセンティーズム） ☒ 労働生産性（フレゼンティーズム） ☐ 仕事満足度 ☐ 仕事への意欲（ワークエンゲージメント） ☐ 生活習慣改善の取組みの意識調査	○	2025年7月 実施済 1回目 2026年7月 実施予定 2回目		計画				○													
		アンケートフィードバック	△	2025年は実施できなかった 2026年9月 実施予定				計画						○														
	Q29			評価・改善	アンケートで判明した数値をもとに効果検証（実施した結果/前年度との比較/他企業との比較/外部専門家による評価実施）			△	2回目のアンケートを実施し、アブセンティーズム・プレゼンティーズムを中心に効果検証実施		計画					○												
				サポートパッケージ説明	健康経営セミナー時に実施等			△	サポートパッケージの加入を検討 加入時には従業員に説明・周知		計画					○												
ブ ラ イ ト 5 0 0 は ① ～ ⑮ の う ち 1 3 項 目 以 上	2項目以上	①	Q11	定期健診受診率(実質100%)	定期健診	受診率100%（95%以上条件つき）従業員には受診義務あり	☐ 受診率 ☐ 適正体重（BMI）維持者の割合 ☐ 有所見（再検査等）者率 ☐ 有所見（再検査等）者率の改善 ☐ 二次健診受診率 ☐ 任意健診受診率 ☐ 高ストレス者の割合 ☐ 回答率	○	4月に例年と同様健診カーでの健診実施		計画	○																
		②	Q12	受診勧奨の取り組み	二次健診,受診勧奨	二次健診・・・再検査・要精密検査者への勧奨/受診報告の義務化/費用負担 任意健診・・・受診勧奨・オプション設定可の病院との契約/費用負担	☐ 二次健診受診率 ☐ 任意健診受診率	△	6月に全体朝礼にて周知、今後は対象者に文書で周知、 2次健診の受診報告を義務化する等検討		計画			○		○												
		③	Q13	50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施	ストレスチェック	50人未満の事業場で ストレスチェック（法定） を実施している場合	☐ 高ストレス者の割合 ☐ 回答率	○	4月に例年通り実施		計画	○																
	1項目以上	④	Q14	管理職・従業員に対する教育機会の設定	従業員健康経営セミナー	リアルまたはリモート（又はハイブリット）で年1回以上実施（1時間程度）、セミナー後に希望者個別相談も実施	☐ 参加率 ☐ 満足度	○	9月に協会けんぽの保健師を招き実施予定		計画						○											
		④	Q15	管理職・従業員に対する教育機会の設定	ワンポイントアドバイス	健康情報のワンポイントアドバイスを弊社より毎月1回必ず提供（紙またはメール）		○	毎月10日に受理し、社内報で配布		計画	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				
		⑤	Q16	適切な働き方の実現に向けた取り組み	仕事と家庭生活の両立	残業事前申告制度/ノー残業デーの設定/時間単位での有給休暇/任意に設定できる特別休暇の設置（ボランティア休暇等）	☐ 有給休暇取得率/日数	○	毎月、残業時間・有給休暇取得日数一覧表を作成し各部署に共有		計画	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				
		⑥	Q17	コミュニケーションの促進に向けた取り組み	コミュニケーション促進	ブログや チャットアプリ等の導入 /会社費用負担による従業員参加型の社内イベント	☐ 施策実施後のアンケートによる参加率 ☐ 満足度	○	会社負担による春の親睦会（5月）、いもたき会（9月）の実施		計画		○			○												
		⑦	Q18	私病等に関する復職・両立支援の取り組み（③以外）	治療と仕事の両立	健康相談窓口 /治療費の補助/休業補償の支給/治療に配慮した休暇制度、勤務制度の整備		○	治療と仕事の両立支援の仕組みを作り企業宣言 24時間健康相談（外部窓口）の設置検討		計画					○												
		⑧	Q19,20	保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取り組み	特定保健指導/保健指導	特定保健指導・・・対象者への案内/実施場所の提供/就業時間認定 保健指導・・・産業医・保健師・地域産業保健センターによる保健指導を実施	☐ 特定保健指導実施率	○	協会けんぽからの依頼に基づき対象者に勧奨、8月に実施予定		計画					○												
		⑨	Q21	食生活の改善に向けた取り組み	食生活改善	現物支給/自販機メニュー変更/ベジファースト運動/仕出し弁当メニュー変更/ アプリ提供 /料理教室	☐ 利用率 ☐ 満足度 ☐ 健康習慣アンケート結果 ☐ 満足度 ☐ 健康習慣アンケート結果	○	福山支店にも社食を導入（7月）、健康アプリを備えた自動販売機を設置（8月）		計画					○	○											
		⑩	Q22	運動機会の増進に向けた取り組み	運動習慣化	ラジオ体操/ストレッチ/スポーツクラブ提携・補助/階段使用励行/自転車通勤/ アプリ提供 /自治体イベント参加/運動サークル設置・金銭支援		○	朝礼時にラジオ体操を実施（継続）/運動サークルを設置し金銭補助		計画	済																
		⑪	Q23	女性の健康保持・増進に向けた取り組み	女性の健康保持・増進	婦人科健診補助/ 女性特有健康相談窓口 / 女性の健康に関するセミナー実施 /不妊治療に対する支援/生理休暇を取得しやすい環境づくり（有給	☐ 長時間労働者数 ☐ 総労働時間 ☐ 時間外労働時間	△	24時間健康相談（外部窓口）＜女性特有の健康課題について＞設置を検討		計画						○											
		⑫	Q24	長時間労働者への対応に関する取り組み	長時間労働対策	長時間労働者への面談実施（医師/保健師/上司・経営者)/業務負荷の見直し 管理職に対する（人事・労務担当者/経営者）による面談		○	残業月40時間を超えた場合、面談実施（上司・人事担当者)及び業務負荷の見直し検討		計画																	
		⑬	Q25	メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組み	メンタルヘルス対策	不調者に対する 相談窓口/ 外部相談窓口 /復職サポート体制の構築/カスタマーハラスメントに関する明文化		○	社内相談窓口の設置済 メンタルヘルス相談窓口（外部窓口）の設置検討		計画	済					○											
		⑭	Q26	感染症予防に関する取り組み	感染症予防対策	インフルエンザ予防接種の会社費用負担又は社内で実施/換気設備の整備や喚起ルールの制定/感染症拡大時の事業継続計画の策定	☐ 感染症罹患患者数 ☐ 予防接種の接種率	○	インフルエンザの予防接種費用を会社が一部負担 FSSCに関連し感染症予防に係る手順書作成済		計画	済																
		⑮	Q27	喫煙率低下に向けた取り組み	喫煙対策	禁煙外来や禁煙補助剤の費用補助/ たばこに関するセミナー /就業ルールの制定（勤務時間内禁煙・一定時間内禁煙）/禁煙デーの制定	☐ 喫煙率 ☐ 喫煙者数	△	たばこに関するセミナーの開催を検討		計画						○											
		必須	Q28	受動喫煙対策に関する取り組み	受動喫煙対策	屋内・・・全面禁煙/分煙（喫煙室設置）屋外・・・全面禁煙/分煙（屋外喫煙所の設置）		○	屋内禁煙 喫煙場所に禁煙を促す啓発ポスターを掲示		計画	済																
		取組推奨	---	育児と介護と就業の両立支援の取り組み	育児/介護両立対策	育児との両立研修実施/看護休暇の有給化/育児休業・休暇の対象期間の延長/介護との両立研修実施/法定を超える介護休業の延長	☐ 育児休暇取得率 ☐ 介護研修の参加率	△	全社員に向けて育児・看護・介護と仕事の両立支援の研修実施を検討		計画						○											
必須	---			申請書作成	エビデンスを含め早めの対応が必要(作成は9月中に！ ※切 :10月中旬) ※社労士による直前対策セミナー視聴を！			○	9月中に申請書は着手		計画					○												
(任意) プライ500	Q34			対外的な発信	自社HPへの取り組み等の掲載			○	ホームページ掲載		計画				○	○	○											
											実行			済	済													

※内容欄には代表的な施策名を省略して記載しております。正式の評価項目名および取り組みの適合性等については認定要件および基準解説書でご確認ください。

※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

※小規模法人特例基準においては、具体的な推進計画（Q10）及び①～③で**2項目以上** ④～⑦で**1項目以上** ⑧～⑮で**3項目以上**となります。