

# 「健康づくりチャレンジ企業制度」概要について

## 1 目的

従業員及び家族の受診促進などの健康づくりに積極的に取り組もうとする企業を「健康づくりチャレンジ企業」として募集・登録し、健康情報の提供、専門人材の派遣等の支援のほか、健康教室や講演会等の活動を実施した場合に補助金を交付することにより、企業と協働して働き盛り世代の健康づくりの取組を支援する。

## 2 背景

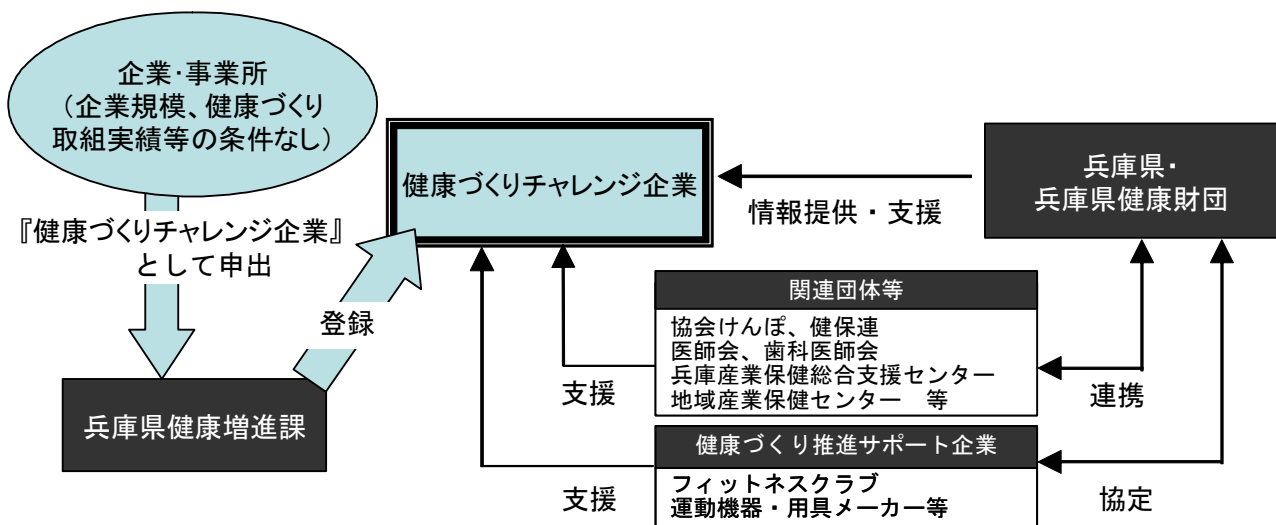
### (1) 働き盛り世代の健康課題

- ・ **肥満者** 男性の肥満者割合のピークは働き盛り世代（30～50歳代）  
女性も40～50歳代に肥満者割合が急増
- ・ **高血糖・高血圧** 男女とも有所見者が40～50歳代で急増
- ・ **特定健診受診率** 生活習慣病の兆候を発見する特定健診（対象40歳～65歳）の受診率が低い。  
特に国民健康保険対象者、中小企業従業員、被扶養者の受診率が低い。
- ・ 特定健診を受診しない理由としては、①必要性を感じない ②時間がない ③面倒だからなど自身の健康状態への自信や忙しさによるものが多い。

### (2) 企業の従業員の健康づくりへの取組み

- ・ 健康づくりに関心はあるが、実施体制や費用に負担を感じている企業が多い。
- ・ その一方、実施した企業では健康に対する関心や社内コミュニケーションの向上、職場の雰囲気が明るくなったなどの効果を実感している。

## 3 事業概要



## 「健康づくりチャレンジ企業制度」実績について

### (1) 登録状況

■登録数 1,581 社（令和元年 10 月末現在）【目標：1,500 社／R4 年度】

#### ① 地域別登録数

地域	神戸	阪神南	阪神北	東播磨	北播磨	中播磨	西播磨	但馬	丹波	淡路	計
社	517	204	89	192	110	191	62	107	47	62	1,581

#### ② 業種別登録数

種別	建設	製造	情報通信	運輸	卸・小売	金融保険	飲食	医療福祉	サービス	公務その他	計
社	129	374	27	71	197	25	16	361	374	7	1,581

#### ③ 従業員数別登録数

従業員数 (人)	9人以下	10～29	30～49	50～99	100～299	300～499	500人以上	計
社	233	399	182	277	307	98	85	1,581

### (2) 健康づくりチャレンジ企業への支援実績

#### ■健康教室や講演会等の開催への補助金

健診の受診促進や健診事後指導等の取組を促進するため、企業による特定健診、がん検診の受診促進や食生活の改善等をテーマとした健康教室等の実施を支援

●助成額：1 件に対し、上限 10 万円（定額）を補助

●補助実績：

区分	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1 (11月現在)	計
件	31	41	35	41	48	76	76	348
補助額（千円）	1,870	3,577	2,695	3,230	3,880	6,144	6,550	27,946

#### 従業員数別利用数（社）

従業員数 (人)	9人以下	10～29	30～49	50～99	100～299	300～499	500人 以上	計
平成30年度	3	9	7	13	21	14	9	76
令和元年度 (10月末)	10	12	7	12	19	7	9	76

### ■職場における健康管理機器等整備支援事業

30年度から、健康管理機器等（血圧計、体温計、AED等）の購入費の一部を補助。（補助対象経費の1/2相当額（1事業所につき100万円が上限））29年度までは、運動施設の整備や運動機器の購入を行う場合、最大150～250万円/社を企業に補助。

#### ●補助実績：

区分	H26	H27	H28	H29	H30	R1 (11月現在)	計
社	21	15	2	12	21	24	95
補助額（千円）	37,445	25,414	600	7,350	2,533	2,865	76,207

#### 従業員数別利用数（社）

従業員数 (人)	9人以下	10～29	30～49	50～99	100～299	300～499	500人 以上	計
平成30年度	0	4	3	4	7	1	2	21
令和元年度 (10月末)	1	6	2	5	4	3	3	24

### ■歯科健診受診促進支援事業

歯及び口腔の健康づくりを推進するため、歯科健診受診費（医療保険が適用されたものは除く）の全部、または一部を補助。

#### ●補助額：自己負担相当額（上限2,000円/人）

#### ●補助実績：

区分	H30	R1 (11月末)	計
社	18	33	51
補助額（千円）	220	1,264	1,484

#### 従業員数別利用数（社）

従業員数 (人)	9人以下	10～29	30～49	50～99	100～299	300～499	500人 以上	計
平成30年度	0	4	0	7	4	3	0	18
令和元年度 (10月末)	3	15	6	5	2	2	0	33

## ■企業におけるがん検診受診促進事業

企業の従業員及びその被扶養者が受診した乳がん検診(40歳以上)、子宮頸がん検診(20歳以上)費用のうち、自己負担相当額を補助。30年度からは胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がんの検診受診費の自己負担相当額(上限2,000円)。

### ●補助実績：

区分	H26	H27	H28	H29	H30	R1 (11月現在)	計
対象企業数(社)	11	40	64	78	104	120	417

### 従業員数別利用数(社)

従業員数 (人)	9人以下	10～29	30～49	50～99	100～299	計
令和元年度 (10月末)	6	24	20	36	34	120

※ 補助対象者 従業員が300人以下の中小企業

## ■企業のメンタルヘルス等促進事業

### 【中小企業のメンタルヘルス改善支援事業】

中小企業を対象に、メンタルヘルス対策の取組の促進を図るため、産業カウンセラー等が各企業に訪問し、研修・相談を実施

### ●派遣実績：

区分	H26	H27	H28	H29	H30	R1 (11月現在)	計
派遣のべ回数(回)	30	98	115	212	336	212	1,003
企業数(社)	20	53	83	135	173	148	612

### 従業員数別利用数(社)

従業員数 (人)	9人以下	10～29	30～49	50～99	100～299	300～499	500人 以上	計
平成30年度	17	22	19	23	52	20	20	173
令和元年度 (10月末)	14	21	10	21	45	18	19	148

## ■情報提供

### 【メールマガジンの発信】

- ・健康づくりに役立つ内容や研修会等の案内を月1回程度、情報発信

### 【ホームページによる案内】

- ・健康づくりチャレンジ企業支援メニューの紹介
- ・健康づくり推進サポート企業、兵庫県協力団体による支援を紹介

## 平成 30 年度の健康づくりチャレンジ企業補助金を活用した取組事例

### ア 動作・姿勢の改善

- ・ 身体の部位ごとに「歪み・柔軟性・捻じれ」等の状態を把握し、その内容を踏まえて改善方法を専門家から教わった。
- ・ 腰痛を予防するために重要な筋肉の柔軟性を高めるストレッチや筋力をアップするトレーニングを学んだ。



### イ 食生活の改善

- ・ 今の食生活を見直すことをテーマに、生活習慣病のリスク、食事を摂取する目的、食生活の目標を考えた。
- ・ 3日間の食べ方日記を記録し、改善方法などのアドバイスをもらった。

### ウ 運動習慣の定着

- ・ スポーツ指導員によるストレッチと呼吸法で身体をほぐし筋力の維持向上に取り組んだ。
- ・ 疲労回復、病気予防のため、従業員向けにヨガ教室を4回実施した。
- ・ 元気度チェック（握力測定・ステップ数・肺活量測定）および体組成計による体重・体脂肪の測定を行い、測定結果に基づき、ヘルスケアトレーナー、健康運動士による指導を仰いだ。
- ・ 自宅でできるストレッチを指導してもらい、運動の動機付けを行った。
- ・ 運動習慣の定着のため、ウォーキングセミナーを実施し、ウォーキングの理想的なフォームなどを学習した。

### エ メンタルヘルスの向上

- ・ 働きやすい職場づくりのため、職員がハラスメントについての学習を行い、お互いが思いやりを持って働きやすい職場環境づくりをする方法を学んだ。

### オ 歯科・口腔ケア

- ・ 体の健康は、口腔内を清潔にすることから始まるといった内容の講義を受けたあと、歯科健診を実施し、口腔内のチェックとケアのアドバイスももらった。
- ・ 歯科衛生士から歯周病の基礎知識について学び、歯周病を予防するためのケア方法について学んだ。

## 健康管理機器・健康づくり機器を整備しての効果・感想等

- ・ 健康管理機器、健康づくり機器を導入したことで、職員並びに利用事業者等の健康に対する意識が高まり生活習慣の見直しや改善を行えている。
- ・ 「仕事終わりのちょっとした時間で体を動かせる環境ができたため、続けていきたい」、「家ではなかなかできないが、仕事帰りだと体を鍛えようと思える」、「家には懸垂機とか大型の機器を置くことができないため、職場にあるとありがたい」「運動習慣がなかったが、これを機に筋トレを頑張ろうと思う」等、前向きな意見が多く聞かれた。
- ・ 多くのスタッフと一緒に運動することで、他部門とのコミュニケーション量が増えた。また、今回の取組みを通して皮下脂肪や活動量などを測り、スタッフ自身の健康管理に対する意識付けができています。
- ・ 既存の椅子からバランスボールチェアへ変えたことで自然と姿勢が正された。長期的には慢性的な腰痛が改善されることが見込まれる。
- ・ 血圧や体脂肪など普段測る機会の少ない数値を測ることができる機器を誰でも利用可能な場所に設置したことで、自信の数値を簡単に確認することができるようになり、従業員の健康管理に対する意識が向上していると考えられる。

## メンタルヘルス改善支援事業を利用した感想

- グループごとに別れ意見を出し合うことがとても勉強になると感じた。
- ストレスについて、より深く学べた良い機会になった。ストレスと闘っていくのは現代人の永遠のテーマなので、2回、3回とシリーズ化したい。
- 研修を受けてすぐに実践、活用は難しい問題だが、研修会を繰り返すことで、意識が変化してくると思うので、今後も啓蒙活動を継続していく。
- コミュニケーションは仕事をしていくだけでなく、プライベートでも必要なことなので、今後もコミュニケーション研修を行っていきたい。
- ハラスメントについて学んだ。講義形式の研修とは違い、グループワーク中心でとても良かった。