

# 事業所が実施する健康診断

～事業所の望ましい対応～

定期健康診断から従業員の健康管理はスタートします。  
健診結果を従業員・事業主がともに把握し、その後の「必要な受診につなげる」「健康を守る職場の環境づくりを行う」等につなげることが重要です！

## ★受けやすい環境づくり

### 健康診断の実施

- 上司の「健診受けよう！」の声かけにより、健診の重要性を従業員が認識し、受診しようという雰囲気につながります。
- 事業所内で業務調整ができると従業員が受けやすくなります。

自分の健康管理も  
大事な仕事だよ

“あなたの健康が大事メッセージ！”

## ★健康状態を認識

### 健診結果の把握

- 事業所と従業員の両方で把握することで、その後の健康管理が行いやすくなります。
- 従業員に事業所が健診結果を把握することの理由、意味を伝えておき、理解を得ておくことが大事です。



## ★早期受診 ～受診しやすい環境づくり～

### 要精密検査 要治療者への対応

- 生活習慣病の多くは自覚症状がなく放置すると重症化する恐れがあるため、早期受診を最優先しての対応が大切です。
- 事業所での業務調整や声かけにより受診しやすくなります。

仕事、大丈夫だから  
来週受診しておいで

“あなたを心配してるメッセージ！”

## ★体調への配慮

### 受診結果の把握

- 本人自身が結果を伝えられるよう普段からのコミュニケーションを大事にしましょう。
- 結果を把握し、業務調整等今後の受診等がしやすい配慮を行うことで従業員の安心感が高まります。

受診してどうだったか教えてね。こちらも無理がないよう調整するからね。

“あなたを支えるよメッセージ！”

## ★治療と仕事の両立を支援

### 健康状態に応じた 対策

- 受診結果は本人から聞き、無理のない働き方をともに考えられる関係ができていると、従業員も事業所も安心です。
- 本人の思いを確認し、必要であれば作業転換、配置転換等も考慮、検討できる体制が大事です。



# 事業所ぐるみの 「健康づくりメニュー」

「事業所の健康づくりって何からはじめたらいいの？」とお悩みの事業所のみなさん、イキイキと職場を活性化するお手伝いをします！

事業所ぐるみの健康づくりに『活用できるメニュー』そして健康管理の基本として『定期健康診断における事業所の望ましい対応』をご紹介します！

私たちが事業所の  
健康づくりを  
お手伝いします！



## 臼津地域 事業所の健康を支援する機関

佐伯労働基準監督署  
大分産業保健総合支援センター  
県南地域産業保健センター  
全国健康保険協会大分支部  
臼杵市保険健康課  
津久見市健康推進課  
大分県中部保健所



臼杵市  
ほっとさん★



津久見市  
つくみん★



# 事業所ぐるみの健康づくりメニュー～元気で明るい職場づくりを応援します◆

各事業所に出向き事業所従業員を対象にした「イキイキ元気職場をつろう」「生活習慣病予防」や「職場で取り組める運動の紹介」「腰痛体操」など事業所の要望に応じた健康づくりに関するお話、実践指導等を行います！複数の事業所の会合、事業主が集まる組織等での講話にも対応します！

## ★無料の出張基本メニュー（健康講話・実践指導）★

### どんな内容？

事業所の要望に応じます。例えば以下の内容等です。

- ◆職場を元気に活性化！イキイキ職場づくりのコツ
- ◆知ってますか？健診結果の見方！
- ◆みんなでやろう！ヘルスチェック
- ◆うす味メニューで美味しく健康に
- ◆プラス1皿で食事にバランスを
- ◆職場でできるかんたんチョコット運動
- ◆知っていますか？歯周病
- ◆あなたの禁煙サポートします
- ◆適正飲酒で楽しいお酒に
- ◆あなたのストレス気づいていますか？・・・等



かんたんに、楽しくできる取組のコツをお伝えします！

### 実施場所・時間は？

基本的には各事業所に出向き事業所のご都合に応じて実施します。

- ◆就業時間内
- ◆お昼休み
- ◆朝礼時間
- ◆終業後等

### 対象は？

事業所の希望に応じます。

- ◆全従業員
- ◆新任従業員
- ◆安全衛生委員
- ◆管理職等
- \*その他複数の事業所の事業主及び安全衛生担当者等の会合にも応じます。

### 申し込み・連絡先（窓口）

★大分県中部保健所  
地域保健課  
TEL (0972) 62-9171

★臼杵市保険健康課  
TEL (0972) 86-2731

★津久見市健康推進課  
TEL (0972) 82-9523

### ★出前腰痛予防・運動エクセサイズ！

- \* 17時30分以降の対応が可能です。（希望の日時により調整します）
- \* 講師；臼杵地域リハビリテーション広域支援センターのリハビリスタッフ
- \* 料金は1回5,000円程度

◆申し込み；臼杵地域リハビリテーション広域支援センター  
（臼杵市医師会立コスモス病院内） TEL (0972) 62-5599

### ★健康に関する総合的な保健指導！【無料】

- 【労働者50人未満の事業所】
- 医師、保健師による事業所への個別訪問による保健指導
- \* 医師、保健師が事業所を訪問し、作業環境の対策や作業管理、メンタルヘルス対策等の状況を踏まえ、労働衛生管理について総合的な助言を無料で行います。

◆申し込み；県南地域産業保健センター TEL 070-2153-0813



事業所での健康づくりの取組は企業の成長・発展につながります！

### ★職場ぐるみで取り組める健康づくり対策（例えば・・・）

●まずは上記メニューを活用して実施！

#### ◆健康教育・講話の機会を提供

様々な職員が集まる機会、朝礼等において健康講話の話を取り入れました。（A事業所）

#### ◆運動

歩数計を職場で購入し、希望者に貸し出しました。また、就業後希望者と一緒にウォーキングする曜日を決めて取り組みました。ランキング、景品もあり大いに盛り上がりました。（C事業所）

#### ◆食事

栄養士の指導のもと、減塩みそ汁の試飲会を行いました。好評だったので、希望者は、うす味メニューを提供する店に昼食を頼むことになりました。（B事業所）



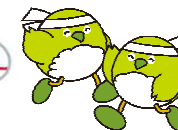
美味しく健康！  
会話ははずみ  
ます★

#### ★コミュニケーション

職場ぐるみの取組で、従業員間の会話が增え職場が明るくなりました。仕事の相談もしやすくなりました。（E事業所）

#### ◆環境

血圧計・体重計・体脂肪計等を職場内に設置しました。意識して測定する職員が増えました。（D事業所）



こんな職場で働けることがうれしい！

