

1. 医療保険者の健康宣言取り組み事項を確認

医療保険者によって「健康宣言」の取り組み項目に違いがあります。
まずは、貴社が加入している医療保険者の取り組み項目を確認しましょう。
以下は、経済産業省健康経営優良法人2023(中小規模法人部門)の認定要件です。(参考)

従業員の健康課題の把握と必要な対策の検討	
健康課題の具体的な推進計画	
① 従業員の健康診断の受診(実質100%)	
② 受診勧奨に関する取り組み	
③ ストレスチェックの実施	
健康経営の実践に向けた土台づくり	
④ 管理職・従業員への教育	
⑤ 適切な働き方の実現	
⑥ コミュニケーションの促進	
⑦ 私病等に関する両立支援	
従業員の心と身体の健康づくり	
⑧ 保健指導の実施	
⑨ 食生活の改善	
⑩ 運動機会の増進	
⑪ 女性の健康保持・増進	
⑫ 長時間労働者への対応	
⑬ メンタルヘルス不調者への対応	
⑭ 感染症予防	
⑮ 喫煙率低下	

2. 健康宣言取り組み項目にあわせて、とよはし健康宣言応援事業を選びましょう!

貴社で活用したい応援事業を1つ以上選択し、別紙「とよはし健康宣言事業所」認定申込書または申込みフォームから申込みましょう
応援事業はオンライン形式で対応可能です。詳しくは健康政策課までお問い合わせください。

事業内容	とよはし健康宣言応援事業
健康習慣アンケート ～ここから始める健康経営～	注目
各種がん、歯周病、骨粗しょう症、眼科等の検診及び肝炎ウイルス検査を実施しています。受診機会がない方はぜひご活用ください。 ※検診料は種類・受診方法により異なります	② がん検診等の活用 (対象:豊橋市民)
保健師、管理栄養士、薬剤師、歯科衛生士、獣医師等の専門職が、健康づくりの講話を行います。 A 健康マイレージを活用した糖尿病予防 B 食べて納得!管理栄養士の3分クッキング*3 C スギ薬局管理栄養士のオンライン栄養セミナー D ちょっと気になる性感染症対策 E 歯と口の健康講座 F 職場で取り組むこころの健康づくり G 認知症サポートー講座 H ビジネスパーソンのための知って得するお薬セミナー	出前講座*1
豊橋創造大学教授陣による、働き盛り世代向けの健康講座です。カラダが喜ぶ健康に関する知識が学べます。	カラダ喜ぶ健康講座
働き方改革と多様な人財の雇用促進を経営戦略として実現するためのセミナーを実施します。	中小企業人材育成支援研修 「採用戦略セミナー」
睡眠改善のサポートを行うねむりのパーソナルトレーナーによる睡眠セミナーを行います。簡単な睡眠チェックを行い、ねむりを整えるコツをお伝えします。	ねむりのパーソナルトレーナーによる睡眠セミナー
従業員に関する子育て支援の取組みを積極的に行っている企業を認定します。 ※子育て応援企業の取組み分野において「③従業員のワークライフバランス」の選択が必要です	子育て応援企業の認定
達成したい生活習慣に向けて5人1組をチームアプリ内で結成。お互いが励ましあいながら生活習慣の改善を目指します!	習慣化アプリ「みんチャレ」の活用

【協力企業・団体・大学】



アクサ生命保険株式会社



スギ薬局



NTT PARAVITA



A10 Lab



SOMPO
ひまわり生命



YAGAMI

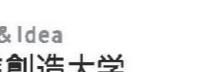
-Human Care Company-



JSIP



一般社団法人
豊橋市薬剤師会



Care & Idea
豊橋創造大学

【申込フォーム】

<申込フォーム(豊橋市電子申請・届出システム)ご利用の流れ>

- ① 二次元コードを読み込む
- ② 手続き申込画面から、「利用者登録せずに申し込む方はこちら」を選択する
- ③ 手順に従って内容を入力し、申し込みを行う



事業内容	とよはし健康宣言応援事業
専用のデバイスを装着し血糖(グルコース値)の変動を測定します。変動状況や個人にあったアドバイスをアプリで確認しながら、食生活改善のきっかけにつなげます。	⑨ 血糖モニタリングデバイスを活用した食生活チェック*1
栄養バランスに配慮した弁当を食べて、内臓脂肪の低減や生活習慣病対策に役立てましょう。	健康に配慮した弁当の導入
理学療法士が運動を習慣化するコツやストレッチなど、業務の合間に実践できる運動を紹介します。	理学療法士の運動習慣改善エクササイズ*1
日々の歩数や検診受診、健康づくりイベントに参加するとポイントが貯まります。貯めたポイントで記念品をゲット! 手軽に参加できるスマートフォンアプリがおススメです!	とよはし健康マイレージの参加
スマートフォンアプリ「あいち健康プラス」を使った歩数対抗イベントです。職場内でチームを組み、豊橋No.1企業を目指しましょう!	とよはし健康マイレージ 企業対抗チャレンジマッチの参加
体内測定と体力測定を行います。測定結果を全国平均値と比較することで現在の健康状態と向き合いましょう。	おとの体力測定*1*2*4
腰痛リスクを測定するプログラムを行います。プレゼンティーズムの代表的な疾患の1つである腰痛予防につなげましょう。	健康に働くためのフィジカルチェック
環境負荷や健康を意識し、公共交通・歩歩・自転車での通勤(エコ通勤)を推進しましょう。	エコ通勤の推進
保健師、薬剤師、理学療法士等の専門職が女性特有の健康課題の改善、パフォーマンスを最大限に発揮できる方法を紹介します。 A 女性活躍のためのヘルスマンテナンス(20~30代と管理職向け) B 働くオトナ女子のエイジングセミナー ～更年期の女性の健康づくりと働き方～ C 今日から始める ゆるトレ～動けるカラダをつくる～	⑪ 女性の健康支援講座*1
A 個別禁煙相談 喫煙者へ禁煙相談や禁煙治療が受けられる医療機関、禁煙補助剤を紹介します。 B たばこをやめたい方へできる 禁煙セミナー*1 たばこの健康リスク、禁煙に向けたポイントをお話しします。	⑯ 禁煙の推進

*1 応援事業の開始時期は令和5年6月以降、実施企業数には限りがあります
申し込みが多数の場合は、初めて申し込む企業が優先となります

*2 1回あたりの参加人数に限りがあります

*3 実施にあたり食材費が発生します

*4 過去に実施したことがある企業は有料となります