



すみだ 健康チャレンジ宣言 しませんか



墨田区では、健康経営に取り組む区内の事業所を応援するため、**「すみだ健康チャレンジ宣言」**を推進しています。
「宣言」をすると、「健康経営サポーター」から支援が受けられます。

すみだ健康チャレンジ宣言とは

墨田区では、区内の事業所と従業員が一丸となって健康づくりに取り組んでいくこと（健康経営）を後押しする「すみだ健康チャレンジ宣言制度」を実施しています。

健康経営に取り組むことを社内外に宣言する**「すみだ健康チャレンジ宣言」**を行った事業所には、「すみだ健康チャレンジ宣言承認書」を贈呈し、**事業所名が区ウェブサイトに掲載され、「健康経営サポーター」からお得なサービスを受けることができます。**

ぜひ、「すみだ健康チャレンジ宣言」を行い、健康経営を始めましょう！

健康経営の効果

従業員の
健康増進

従業員の
モチベーション
アップ

生産性や
作業効率の
向上

離職率低下や
求人に対する
応募者数増加

企業の
イメージアップ

ビジネス
パートナーや
顧客からの
信頼度アップ

身近なことから従業員の健康づくりに取り組みましょう

運動不足の従業員が多い

社内で運動施設を紹介するなど、勤務時間外の運動機会を増やす取組を推進します

健診や保健指導を受けない人が多い

未受診の人を把握し、個別に受診勧奨を行います

タバコを吸う従業員が多い

禁煙外来の案内を提供するなど、禁煙対策のサポート体制を整えます

すみだ健康チャレンジ宣言 募集案内

対象事業所 区内に本社、支社、営業所などを有し、代表者の他に従業員が1名以上いるなど

募集期間 通年

応募方法 専用の申込フォームまたは郵送で応募できます。郵送の場合は区ホームページを参照ください。



申込みフォーム
から申込みする場合

申込みフォーム▶



郵送で
申込みする場合

墨田区 健康経営 検索



ひと、つながる。
墨田区

〈お問合せ先（郵送先）〉 〒130-8628 墨田区横川5-7-4 すみだ保健子育て総合センター 2階
保健計画課 データ活用推進担当 Tel. 03-5608-1305 Fax. 03-5608-6507

すみだ健康チャレンジ宣言に応募し、健康経営の取組をはじめよう！

すみだ健康チャレンジ宣言 取組例

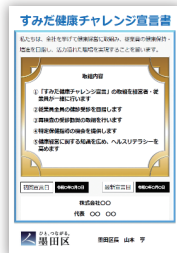
すみだ健康チャレンジ宣言をするには、以下の宣言項目から**赤色の必須項目4つ**と**緑色の選択項目1つ以上**を選択してください。

すみだ健康チャレンジ宣言項目	取組例
1 すみだ健康チャレンジ宣言の取組を経営者・従業員が一緒に行います	● 職場の健康づくりの担当者を決めましょう。 ● 職場の健康課題を整理しましょう。 ● 経営者が健康経営を自ら推進しましょう。
2 従業員全員の健診受診を目指します	● 従業員の健康診断の受診計画を立てましょう。 ● 従業員に今年度の健康診断の周知をしましょう。 ● 受診状況を把握し、未受診者に受診勧奨をしましょう。
3 再検査の受診勧奨の取組を行います	● 健診後に再検査が必要な従業員を把握しましょう。 ● 再検査の受診を促しましょう。 ● 再検査の受診率を把握しましょう。
4 特定保健指導 ^(注1) の機会を提供します	● 特定保健指導の実施率を把握しましょう。 ● 対象者に特定保健指導を受けるよう勧めましょう。 ● 健康づくりの会議などで、定期的に特定保健指導実施率を周知しましょう。
5 運動機会の増進の取組を行います	● 業務中に継続的な運動機会を設けましょう。 ● 階段の利用を推奨するなど、自然と運動に取組める工夫をしましょう。 ● 運動施設の利用など社外での運動機会を紹介しましょう。
6 食生活改善に向けた取組を行います	● 栄養について、情報の発信をしましょう。 ● 健診結果から適正な栄養素やカロリー摂取についての情報を発信しましょう。 ● 食育などの食生活について学ぶ機会を作りましょう。
7 健康経営に関する知識を広め、ヘルスリテラシー ^(注2) を高めます	● 従業員が、どのくらいヘルスリテラシーを認識しているか把握しましょう。 ● 健康づくりについて学習する機会を作りましょう。 ● 従業員のヘルスリテラシーに合わせた情報提供を工夫しましょう。
8 職場の労働災害などを防止し、安全かつ衛生的な職場を目指します	● 安全衛生について、話し合いの場を定期的に設けましょう。 ● 衛生管理の担当者を決めましょう。 ● 感染症防止対策について、取決めを行い、従業員に周知をしましょう。

(注1) 特定保健指導：生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、専門スタッフ（保健師、管理栄養士など）が生活習慣を見直すサポートをすること。

(注2) ヘルスリテラシー：日常の活動、社会的相互作用、世代を通じて蓄積される個人の知識や能力のこと。

1 上記の項目から取り組みたい項目を選び、申込フォームまたは郵送で「すみだ健康チャレンジ宣言書」を提出してください。



2 区から「健康チャレンジ宣言承認書」を送付し、事業所名を区ウェブサイトに掲載します。



3 「健康経営サポーター」からスポーツジムの入会金の割引や、無料の健康経営認定支援など、お得なサービスを受けることができます。

健康経営サポーターが応援します！

健康経営サポーター一覧はこちら▶▶▶



健康経営の取組が進んだら、さらに…

すみだ健康経営顕彰制度“横綱”を目指しませんか

すみだ健康チャレンジ宣言承認書を取得した事業所は、「すみだ健康経営顕彰制度」に応募することができます。「すみだ健康経営顕彰制度」は、健康経営に取り組む区内事業所を顕彰する墨田区独自の制度です。健康経営の取組に応じて、「横綱」、「大関」、「関脇」の3つの段階で評価し、表彰するとともに区ホームページで公開します。

詳しくはこちらをご覧ください。▶▶▶

