

わかりやすい！！

法人会版  
「健康経営宣言書」  
の書き方

法人会から日本  
を  
変える！



# 【もしかしたら「食わず嫌い」をしているかも？】



「健康経営」って言われてもうちの会社では特に取り組んでいないしなあ

宣言したら束縛されそうだなあ



うちの単位会には特に関係なさそうだなあ

コロナで活動も出来ていないし、面倒くさそうだなあ



## そんなことはありません！

皆さんの会社、青年部会の活動でも十分に該当するのです！！

コロナの  
今だから  
こそ！



## 合言葉は2つ！

- ・ できることから始めよう！
- ・ 今取り組んでいることを  
当てはめてみよう！



決して難しく考える必要はありません

「財政健全化のための健康経営プロジェクト」が目指す  
「企業の活力向上による**税収の増加**」と  
「適切な医療利用による**医療費の適正化**」の  
目標達成に向けて宣言書を書いてみましょう！！

# 【そもそも「宣言書」ってどこにあるの?】

①全法連HPトップ画面  
「部会活動など」



②「青年部会」を  
クリック



③「財政健全化のための健康経営  
プロジェクト」をクリック



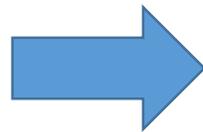
④「法人会版健康経営宣言書」



⑤宣言書「企業用」または  
宣言書「青年部会用」  
をクリック



エクセル画面に  
遷移します



「企業用」おもて

1. 法人会健康経営宣言書「企業」用	
所属法人名	代表者(役員)氏名
会社所在地	TEL
FAX	メールアドレス
郵便	〒
健康づくりの取組内容	
健康経営宣言書(内容)	1. フィジカル(身体)部門: 運動や身体測定を推奨する
	2. マインド(心)部門: 社員のメンタルヘルスマネジメントを推奨する
	3. ソーシャル(社会)部門: 地域貢献活動やボランティア活動を推奨する
利用目的: 健康経営は、以下を利用目的とし、その利用目的の範囲内でのみ利用することと承諾します。	
<input type="checkbox"/> 本法連ホームページ上に取組内容を掲載することを承諾します。	
<input type="checkbox"/> 健康経営宣言書に同意(署名)し、本欄によるアンケート調査システムへの取組内容を承諾します。	
<input type="checkbox"/> アンケート調査システムに同意(署名)し、健康経営宣言書に同意(署名)します。	
※印刷はできません。	
2020.10.01	所在地
	役職名
	氏名
	印
	(印刷はできません。)

「企業用」うら

アンケート調査システムについて	
1. 青年部会では、法人会アンケート調査システムへの登録及び調査に協力しております。当システムはメールアドレスを登録することにより、ご希望いただいた法人会会員の意見を集約するシステムです。現在は全法連アンケート調査システムを基盤としており、中核は、「財政健全化のための健康経営プロジェクト」に関する情報提供ツールとしても活用していく予定です。	
2. 当システムにご登録いただく項目は以下のとおりです。所属法人名、会社名、代表者(役員)名、メールアドレス、業種/社員数(以上、代表者記入)性別、生年月日、請求金額(以上、請求一桁の0は記入)	
3. 費用にて事務局によるアンケート調査システムへの代理登録を承諾された場合は、以下の取組事項にご記入ください。	
健康経営の推進のため、全法連が所属の保護及び単独会に登録情報をご提供することと同意します(※提供する場合にアンケートの回答内容は含まれません)	<input type="checkbox"/> 同意する
性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
生年月日	1990 (西暦・年4桁)
請求金額	0万円
利用目的: 健康経営は、以下を利用目的とし、その利用目的の範囲内でのみ利用することと承諾します。	
1. アンケート調査システムで実施するアンケート調査の分析及び分析結果の法人会内への公表	
2. 法人会役員及び役員所属状況の把握(ご本人の同意のもと登録情報は全法連から所属の保護及び単独会に提供します)	
3. 法人会から登録役員に連絡する必要がある場合の連絡先	

「企業用」入力時の  
注意事項

アンケート調査システムに  
未登録の企業で、全法連に  
よる代理登録を承諾される  
場合は、  
「うら面」も入力してくだ  
さい。

- 「企業用」は各企業で入力ください
- 「青年部会用」は各单位会の青年部会長が青年部会員や事務局と相談のうえ入力ください  
※単位会事務局による代理入力でも構いません



# 【どんな宣言書が提出されているの?】

※これまでに受け付けた宣言書から無作為に抽出し、一部加工しています

## 「企業用」提出例

### <健康づくりの取組目標・取組内容>

1	〇〇〇〇は社員が健康的に働けるように常に労働環境づくりの改善に努めます。
2	社員が心身ともに健康で安心して業務を遂行でき、やりがいと生きがいを持って、生き生きと長く勤められる働きやすい会社を目指します。
3	・社員が年間を通して、健全、健康的な社会生活を過ごせるような環境を創る。
4	・社員とその家族の心の健全化と身体の健康維持に全社で取り組む。 ・企業の存続意義の一つは社会貢献であり、地域貢献活動を奨励する。 ・ワークライフバランスを整え仕事に対する活力を醸成する。
5	コミュニケーションをしっかりと取って、社員の心と身体のケアをする
6	・全社員が誇りをもって働ける職場環境を作ります。 ・一人ひとりの成長のため、社員教育に努めます。 ・企業の永続的発展を目指します。
7	・従業員の個性や趣味、家庭の事情に配慮した環境を作ります ・人は皆平等であるという理念のもと、のびのびと働ける環境を作ります
8	・事業主自らが積極的に関与し、従業員の健康づくりに取り組みます。 ・従業員の健康課題を把握し、改善に向けた健康づくりに取り組みます。 ・協会けんぽ等と連携した健康づくりを実施します。
9	健康維持・増進のみならず、働き甲斐のある健全な職場づくりに取り組むことを宣言します
10	・社員が長く勤め、家族が健やかに過ごせる環境を作ります。 ・個人個人だけでなく、地域社会が元気になれるよう努めます。
11	・〇〇株式会社は、社員の皆さんが元気に働ける会社を目指します。 ・会社は労働環境を改善するとともに、皆さんがセルフケアに取り組むことをサポートします。また、子供たちの世代のために、健康経営を通じて国の財政健全化に貢献します。
12	・スタッフ1人1人の健康面、精神面のフォローによる業務効率の向上 ・地域貢献活動から得る地域社会との共存
13	・株式会社〇〇は従業員の笑顔の為に、そして地域の為に様々なサポートし、みんなの未来のために考え行動します。
14	・社員が長く勤められる会社造りを目指す ・家族の時間、地域貢献の時間を優先させる会社造り
15	・仲間・家族に迷惑をかけないために、個人・会社ともに健康である会社を目指します。 ・心も体も無理のない労働環境を目指します。

### <フィジカル>

1	・全社員の健康診断受診及び再診の徹底。 ・インフルエンザ予防接種等、感染症防止のための諸施策の実施。 ・朝礼時のラジオ体操、社員の親睦を兼ねたスポーツイベントの実施や参加（リレーマラソン、ボーリング大会等）。 ・カロリーステッカーを使用した階段利用の推進
2	手洗い・うがい・歯磨きの励行、ラジオ体操 ・カイロ・整体等の一部会社負担とする福利厚生制度の導入
3	・健康診断において、特にがんの早期発見に力を入れる(腫瘍マーカーなど追加検査を福利厚生で実施)。 ・従業員のスポーツへの積極的な取り組みを応援する(福利厚生制度にてジム等の割引など)。
4	・従業員とその家族の定期健康診断受診率100%を目指す ・喫煙者に禁煙を促す
5	・社員全員の健康診断の実施 ・新型コロナウイルス、インフルエンザ対策も含めた手洗い、うがい、アルコールによる手指消毒の励行 ・就業時に使用するマスクの配布
6	・定期的に適切な医療関係の受診。 ・生活に関わる(食事、睡眠)指導(協会けんぽ)を受ける
7	・置き薬の社有化 ・健康診断の受診率向上
8	接客が主な仕事になるため新型コロナウイルスなどに罹患しないよう徹底した感染防止対策(マスク着用、接客前後のアルコール消毒、手洗い)を行う
9	社員の健康増進のための健康増進費の設立 社員同士のサークル活動(トレッキング部)の設立
10	運動や食事に関する健康経営ワンポイントアドバイスの定期的社内掲示 全社員の健康診断実施と保健指導面談の推奨 インフルエンザ予防接種の費用を会社負担
11	一日30分以上の有酸素運動の奨励 (ウォーキング、ヨガ、自転車、階段の使用)
12	・スポーツ施設との提携およびスポーツ施設利用補助 ・社内での運動教室開催(2回/年) ・家庭でできるエクササイズDVDの配布 ・従業員および家族運動会の開催、サークル活動支援 等

# 【どんな宣言書が提出されているの?】

## 「企業用」提出例

### <メンタル>

1	社員間の親睦を深めるイベントの開催（BBQ大会、社員旅行、忘年会等）。 食事やハラスメント防止等の健康をテーマとした勉強会の開催。 ノー残業デーの制定や有給休暇取得推進の取り組み。ストレスチェックの実施。
2	・全社員との交流会の実施、社員旅行の実施など／夜勤勤務社員への休養の確保
3	・有給休暇の取得推進 ・ビンゴ大会（年末・5月連休・盆） ・夏バテ予防のうなぎ弁当
4	・全社員でLINEグループを組んで連絡をとっている ・忘年会・新年会・BBQ大会・社員旅行
5	・ストレスチェックの実施およびメンタルヘルス対策として相談ダイヤルの活用を従業員に推進している（T-PECの相談ダイヤルを利用）
7	・挨拶の励行 ・定期的な飲コミュニケーションの開催 ・残業時間の抑制対策と同時に代休取得を容易にする。
8	サンクスカードの導入／残業ゼロ運動／2週間ごとの定期面談とフィードバック／趣味や生きがいを尊重／有給休暇の100%消化
9	週1回のスタッフミーティングでの業務効率向上や職場環境改善等を話し合い、実践する
10	意見箱の設置・コンプライアンス委員会の設置／個人の「豊かさの実現計画」による、連続5日間の有給休暇取得／オフィスBGMでストレス軽減
11	・笑顔体操の実施 ・対話力を高める研修の実施
12	・メンタルヘルス講習会実施 ・ハラスメント講習の実施
13	・社内の在庫は随時確認し、活用及び処分をします。 ・社内で不要になった機械を処分し効率を上げるよう努めます。

### <ソーシャル>

1	年2回の地域清掃活動、月1回の会社周辺の清掃活動の実施。 桜まつり時の桜ライトアップのボランティア活動。地元中学生の職場体験の受入。
2	・インターンシップの受入れ ・消防団協力事業所（消防庁・市消防本部）
3	・法人会や地域の社会貢献活動等に積極的に参加する。
4	町が元気になるようなイベント、活動、会議などに積極的に参加します。
5	・ジェネリック医薬品の普及啓発に努める
6	・様々な地域社会活動に積極的に参画すると共に、自社社員と地域社会とがより良好な関係となる事業を実施。
8	社外活動及び社外団体・サークル所属の推奨
9	社員全員保険証にジェネリックシールを貼る。
10	①地域貢献活動への積極参加（法人会、自治会など） ②ボランティア休暇奨励
11	・地域行事への協力 ・社会貢献につながる事業の開拓 ・教育機関での貢献や体験、プロジェクトなどへの協力 ・地域や被災地への寄付、ボランティア活動
12	・地域の学校活動の協力の実施
13	・隣接している公園の清掃を毎朝実施 ・ビルメンテナンス協会を通じて公共の公園清掃 ・刑務所や障がい者への研修講師派遣 ・学校等教育施設への無料講師派遣 ・ジェネリック医薬品の普及啓発

# 【どんな宣言書が提出されているの?】

## 「青年部会用」提出例

### <健康づくりの取組目標・取組内容>

1	租税教育イベントなど楽しいイベントを企画し、部会員間の結束を高める。 ジェネリックシールの利用推進を図る。
2	相互交流を通して信頼関係を育み、健康経営を会員企業に広げていく
3	・勉強会を通じて健康経営宣言を行う意義の解説及び情報提供をする。 ・将来的に「健康経営認定事業所」を目指す。
4	・部会員のための健康経営を行い、元気な〇〇法人会となって、今まで以上に、地域貢献活動など活発な活動をする。 ・イベントや研修会を計画し、会員間の結束を高めボランティア活動などにも積極的に参加する。
5	健康は笑顔から！楽しみながら切磋琢磨し地域社会貢献の一助になるよう健康経営に取り組みます！
6	・心身ともに健康で、元気に前向きに仕事や社会貢献活動に取り組むことができるよう、部会員一人ひとりが健康の増進に努める
7	・月々の例会にて、部会員一人一人が心身共に健康でいられる月例会を積極的に企画していくこととする。 (日々の運動の促進や精神面での健康を維持できるような内容の例会開催の促進)
8	・部会員皆様の会社の健康経営をサポートします。
9	・何事も笑顔で前向きに取り組む単位会になるよう健康経営を行うことを宣言する ・会員間の交流を通じて組織の結束を高め、地域貢献活動を通じて〇〇法人会の価値を高める ・70歳まで健康経営者
10	・租税教育活動とスポーツ振興等社会貢献を通し、健康経営を推進します
11	・「健康が第一」をスローガンに常に健康に関心をもつこと ・青年部会員が率先して健康経営に取り組むこと ・青年部会の事業活動を通じて組織の結束と社会的価値を高めること
12	・租税教室等の開催及び社会貢献活動等を通じて、部会員相互の結束を高める
13	・健康になれる楽しいイベントを企画し、達成感を味わう。
14	・青年の持つ新鮮な感覚とたくましい行動力を持ち健康経営に取り組むことを宣言する。 ・挑戦し続ける〇〇法人会！部会員一丸となり様々な事業に取り組み、活発な活動を行う。
15	部会員の健康経営に対する理解を高め、自社の取り組みに生かし情報交換、補完することで、青年部会活動の次のステップへ進める。

### <フィジカル>

1	定期的に会員相互の交流を図ると共に健康増進を活動を推し進める為にゴルフ大会及び定例会を開催する
2	・定期的にスポーツ交流会（ボーリング等） ・会員企業の健康診断受診状況の確認
3	研修会など開始時にみんなで軽い運動。笑顔を絶やさない運動。交流会などで、ウォーキングの企画など
4	部会員親睦交流ゴルフコンペの開催／親会ボウリング大会への参加
5	・健康経営、ジェネリック医薬品などについて勉強会の開催 ・例会でのラジオ体操の推奨
6	青年部会ゴルフコンペの開催による、部会員間の親睦・交流と併せて健康増進・体力強化に努める
7	恒例事業の、税金・健康・就労を体験出来るイベントを企画し、部会員の健康・ストレスチェックや様々なジャンルのスポーツ体験に積極的に参加し会員一丸となって事業を成功する。
8	部会員相互の健康増進活動の意見交換
9	会員間の親睦も兼ね、ミニゴルフ例会やボーリング例会など、運動要素の強いレジャー例会を年に数回開催する。
10	法人会の集まりでラジオ体操・ストレッチ等を実施する。定期的にスポーツ交流（ゴルフ、ソフトボール、ボウリング等）を行う。会員相互の健康増進活動の情報共有を行う。
11	食生活の改善、運動による健康管理が出来るようになれば、個人のパフォーマンス向上に役立ち、単位会の出席率の向上、活発な組織運営に繋がる。
12	生活習慣病予防のため、一人一日平均30分以上の有酸素運動の実施を目指し会員アンケートや、他県連等からの情報収集により好事例の紹介等情宣活動を展開
13	定期的にスポーツ交流会(ゴルフ、ドッジボール、ソフトボール、ボウリング)／法人会 チームでマラソン大会への参加／会員相互の健康増進活動の報告会月間部会員歩数目標を設定し、歩数を競い合う／フィットネスクラブ等との連携

# 【どんな宣言書が提出されているの？】

## 「青年部会用」提出例

### <メンタル>

1	例会で講演会及び勉強会を行い会員相互の情報共有を行う。 会員企業の現在の取り組みを報告してもらい自社での取り組みに反映させる。
2	勉強会において認定事業所のメンタルヘルス対策及び職場環境の改善の取り組みを紹介。
3	・健康経営・メンタルヘルスに関する講習会を行い理解を深める ・笑うことが重要なため、歌手やお笑いなどのエンタメを通してヒーリングイベントを行う
4	・総会や研修会後の懇親会等、定期的にコミュニケーションの場を設けることで会員同士の意思疎通を図り、風通しの良い単位会にする
5	健康経営について専門家による講習会／親会主催の感謝の夕べ（落語）への参加
6	女性部会との合同による、健康等に関する講習会・勉強会の実施と併せて部会交流会・懇親会の実施
7	経済・経営の研修と会員の相互啓発・資質向上を図ることを目的とした飲食を伴う交流会の開催。
8	自己紹介カードを使った会員間のコミュニケーション機会の創出
9	・挨拶の励行／瞑想の励行／座禅会への参加
10	・薬剤師を講師に例会時に健康相談を実施 ・年に数回、部会員企業内の「お悩み相談会」を実施
11	青年部会が有する4つの委員会（租税教育、献血活動、渉外活動、zei税）を活性化させ、個々の委員会でのセミナー企画・実行を通じ、各委員会メンバーの役割（存在価値）の発掘
12	(健康経営・メンタルヘルス)講習会・勉強会で情報共有／一人で悩まずみんなに相談定例懇親会／「よく笑う」落語イベント開催／会員間のコミュニケーション機会の創出／会員企業間で事例発表会の開催／会員間サンクスカード
13	明るく健康な社会の醸成は、何事にも感謝する心が第一であると思うので、健康経営に役立つ地域貢献活動等に参加した際は、お互いに感謝の気持ちを伝えあうため『ありがとう』の声掛け運動を行う。
14	・健康経営PTや委員会を設置し、会員のメンタルヘルス対策や環境改善を行うための機関とし、会員への情報発信を行う
15	芸術、芸能に触れるWSを開催する。

### <ソーシャル>

1	小学生とその親を対象とした租税教育イベントの実施。 ジェネリックシールの配布。
2	まず健康経営委員会の立上げ 小・中学校における租税教室 高等学校での模擬面接 地域のイベントのステージをお借りし、小学生対象の税金天才クイズ
3	・街頭にて税務広報と共にジェネリックの理解を求めシールを配布する ・地元イベントでの租税教育活動
4	・夏休み親子税金探偵団・・・税知識の普及と納税意識の高揚を目的として、親子で学び、また、夏休みの一日を有意義に過ごしていただく ・ソフトボールクラブとの連携事業・・・選手に参加要請したり、協賛参加して社会貢献事業を実施する
5	・ジェネリックシールの配布により普及啓発に努めるとともに、ジェネリック医薬品を使って医療費を減らすことで社会に貢献する
6	世界自然遺産の自然保護・環境保全活動の実施
7	・毎年主催開催している「税金クイズ&少年サッカー大会」にて、管内小学生の税知識の普及と、少年少女の健全な心身育成に寄与します。
8	高校生の税に関する標語募集事業。少年野球大会主催と大会参加者に対する税金クイズ大会の実施。元プロ野球選手による少年野球教室の開催。女性部会との共催によるチャリティ収益金の社会福祉協議会への寄付
9	就労が困難な方(障害者・ひきこもり等)に、就労機会の場を与える契機となる事業を市と共催にて開催する。
10	例会をオープン例会とすることで、会員企業だけでなく、地域の企業様にもご参加頂き、地域への健康経営の投げかけと共に、法人会活動をアピールし、会員増強に繋げる。
11	献血・マラソン大会等の運営協力／チャリティ募金／普通救命講習の積極的推進など
12	ジェネリック医薬品使用率向上支援(保険証にシール貼付等)、節薬運動(薬局へ残薬持込による処方調整＝残薬の有効利用による薬剤処方量の削減)支援等、当面は関係機関との協議により具体的支援策を模索する
13	健康経営委員会の立ち上げ／小学生とその親を対象とした租税教室／地域イベントへの参加、ブースの出展(防犯パトロール、清掃、お祭り)／婚活パーティ／ジェネリックシール配布／チャリティイベント実施と寄付／みんなで献血