

申請時取り組み内容一覧	具体的取り組み(例)
(1) 健診や特定保健指導の受診率向上 ①一般健康診断の受診率向上 ②がんや歯科など各種検診の受診率向上 ③特定保健指導の受診率向上	・経営者自身の定期健診の受診 ・会社の業務命令による健診受診日時の決定(業務時間中) ・啓発パンフレットの個人配布 ・健診(検診)受診を促すポスター・リーフレットなどの社内掲示 ・メールや社内通達による全従業員への受診勧奨 ・会社による健診費用の補助
(2) 食生活の改善 ①1日野菜摂取量350g以上の推進 ②ベジファーストの促進 ③ふなばしMOREベジ協力店の利用促進 ④定期的なベジチェックの実施 ⑤減塩の推進	・従業員へ定期的な野菜(または野菜ジュース等)の現物支給 ・朝食をとらない従業員への朝食の提供 ・外食や中食で野菜を使ったメニューの選び方を社内掲示 ・ふなばしMOREベジ協力店の社内掲示 ・定期的に市の出前講座等を活用して従業員の推定野菜摂取量を確認 ・社員食堂で減塩調味料を利用 ・社員食堂で健康に配慮したメニューの提供
(3) 運動と身体活動の推進 ①ふなばし健康ポイントの参加者数および歩数の増加促進 ②階段の利用促進 ③職場での定期的なラジオ体操の実施	・ふなばし健康ポイントを申請し、従業員対抗歩数競争を実施 ・「階段を使おう」ポスターの掲示 ・社内スポーツ大会の開催 ・毎朝の朝礼時にラジオ体操やストレッチ体操を実施 ・昼休み(食後)に従業員同士でウォーキングを実施 ・市の出前講座等を活用して職場で体操教室実施
(4) 喫煙対策の推進 ①喫煙率低下への取り組み ②受動喫煙の対策	・禁煙外来受診費用の助成 ・全社禁煙デーの実施 ・喫煙に関する就業ルールの整備 ・全事業所の敷地内全面禁煙 ・基準に則った分煙施設の設置
(5) メンタルヘルス対策の推進 ①ストレスチェックの実施 ②ゲートキーパー研修の実施 ③ワークエンゲージメント調査の実施	・全従業員を対象としたストレスチェックの実施 ・市の出前講座を活用したゲートキーパー研修の実施 ・エンゲージメントサーベイの実施と、結果に基づく取り組み 内容の協議 ・外部の相談窓口の利用促進
(6) 労働環境の整備 ①ノー残業DAYの日を設定 ②時間外労働減少への取組み ③有給休暇取得日数増加への取組み ④社内コミュニケーションの促進 ⑤ハラスメント抑制の促進	・毎週水曜日をノー残業DAYとし、前日の朝礼で全従業員に通知 ・定時消灯日、退社日の設定 ・残業の事前申請制度の導入 ・年次有給休暇取得日数の目標設定 ・社内ブログ・チャットアプリ等のツール利用促進 ・従業員同士の交流を増やすための企画を実施 (バーベキュー大会、社内旅行、昼食会、家族交流会等) ・会社として地域のボランティアや地域祭り等に関与
(7) その他 ①定期的な健康セミナーや講座の開催 ②かかりつけ歯科医を持つことの推奨 ③職場内で歯磨きができる環境の整備、食後の歯磨きの推進	・市の出前講座を活用して、毎年職場で熱中症予防講座の開催 ・「かかりつけ歯科医を持とう」啓発ポスターの掲示 ・食後の歯磨きタイムの設定 ・歯磨きセット、デンタルフロス、歯間ブラシなどの配布 ・歯科のセミナーの開催