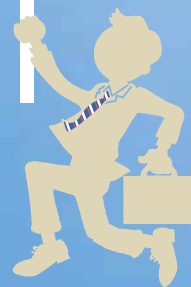


健康経営
サポートの
進め方

(別冊)



株式会社

五米酵素®

| | |
|------------------------------------|---|
| I 健康経営優良法人取得に向けたサポート | 2 |
| 1. 健康経営優良法人認定制度とは | |
| 2. 認定に向けた手順 | 3 |
| (1) 「健康宣言」の実施 | |
| (2) 申請書の作成 | |
| (3) 申請書の提出 | 4 |
| II 「食生活の改善に向けた取り組み」について | 5 |
| 1. 社員・ご家族を対象とした食と健康セミナー 料理教室の開催 | |
| 2. 希望者の方を対象とした個別相談の実施 | 6 |
| 3. 事業所カルテの利用 | |
| 4. 玄米酵素商品の割引価格での提供 | |
| 5. 自然食品の割引価格での提供・斡旋 | |
| 玄米酵素商品一例 | 7 |
| 自然食商品一例 | 8 |
| 参考 健康経営サポートの進め方(まとめ) | 9 |



「健康経営」と言われても、何から着手したら良いか分からないなあ？

具体的な取り組み内容をアドバイスいたします。



I 健康経営優良法人取得に向けたサポート

1. 健康経営優良法人認定制度とは

- ・ 経済産業省が中心となり、健康経営を優良に実践している企業を顕彰する制度。「社員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる企業」として評価することを目標として創設されました。
- ・ 健康経営優良法人認定には、別紙認定要件のとおり健康経営取り組みに向けて、様々な項目をクリアする必要があります。よってその取得に取り組むことで、健康経営取組内容の明確化を図ることができます。

健康経営優良法人2022(中小規模法人部門)認定要件

| 大項目 | 中項目 | 小項目 | 評価項目 | 認定要件 |
|-------------------|----------------------------|--------------------------|--|-----------------------|
| 1. 経営理念・方針 | | | 健康宣言の社内外への発信・経営者自身の健診受診 | 必須 |
| 2. 組織体制 | | | 健康づくり担当者の設置 | 必須 |
| | | | (求めに応じて)40歳以上の従業員の健診データの提供 | 必須 |
| 3. 制度・施策実行 | 従業員の健康課題の把握と必要な対策の検討 | 健康課題に基づいた具体的な目標の設定 | 健康経営の具体的な推進計画 | 必須 |
| | | 健診・検診等の活用・推進 | ① 従業員の健康診断の受診(受診率実質100%) | 左記 ①～③のうち 2項目以上 |
| | | | ② 受診勧奨に関する取り組み | |
| | ③ 50人未満の事業場における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 | ヘルスリテラシーの向上 | ④ 管理職・従業員への教育 | 左記 ④～⑦のうち 1項目以上 |
| | | ワークライフバランスの推進 | ⑤ 適切な働き方の実現に向けた取り組み | |
| | | 職場の活性化 | ⑥ コミュニケーションの促進に向けた取り組み | |
| | | 病気の治療と仕事の両立支援 | ⑦ 私病等に関する両立支援の取り組み | |
| | 従業員の心と身体の健康づくりに関する具体的対策 | 保健指導 | ⑧ 保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取り組み | 左記 ⑧～⑬のうち 4項目以上 |
| | | | ⑨ 食生活の改善に向けた取り組み | |
| 具体的な健康保持・増進施策 | | ⑩ 運動機会の増進に向けた取り組み | | |
| | | ⑪ 女性の健康保持・増進に向けた取り組み | | |
| | | ⑫ 長時間労働者への対応に関する取り組み | | |
| 感染症予防対策 | | ⑬ メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組み | | |
| | ⑭ 感染症予防に関する取り組み | | | |
| 喫煙対策 | ⑮ 喫煙率低下に向けた取り組み | 必須 | | |
| 4. 評価・改善 | | | 受動喫煙対策に関する取り組み | 必須 |
| 4. 評価・改善 | | | 健康経営の取り組みに対する評価・改善 | 必須 |
| 5. 法令遵守・リスクマネジメント | | | 定期健診を実施していること、50人以上の事業場においてストレスチェックを実施していること、労働基準法または労働安全衛生法に係る違反により送検されていないこと、等 ※誓約事項参照 | 必須 |

ブライツ500は左記①～⑮のうち13項目以上

上記のほか、「健康経営の取り組みに関する地域への発信状況」と「健康経営の評価項目における適合項目数」を評価し、上位500法人を健康経営優良法人2022(中小規模法人部門(ブライツ500))として認定する。

※健康経営優良法人2021認定企業：大規模法人部門1,801法人、中小規模法人部門7,934法人(全国)、計9,735法人

2. 認定に向けた手順

(1) 「健康宣言」の実施

- ・中小規模法人は、全国健康保険協会（協会けんぽ）が実施している「健康宣言」事業に参加していることが、必須条件となります。所属する保険者となっている協会けんぽに対し「健康事業所宣言」を行います。

※全国健康保険協会各支部へ電話連絡のうえ、健康事業所宣言エントリーシートを提出（北海道支部の場合）

お申し込みはFAXで、郵送にてお願しいたします【FAX】1726-03801
協会けんぽ北海道支部 企業経営グループ 宛

健康事業所宣言エントリーシート

当社は、従業員が心身ともに健康に働き続ける事業所を創出し、3つの健康づくりメニューを通じて従業員の健康を促進し、業務の効率化を図ります。

1. 宣言の目的と宣言内容
協会けんぽ北海道支部「健康経営宣言」を利用します [] ヌオアップ!!
【事業内容】 事業1名称 業種 事業2名称 業種

2. 宣言内容の具体的な内容
健康経営において関係者との協力が不可欠なため従業員に対し健康経営への関与を促します [] ヌオアップ!!

3. 社内の健康づくりの状況
社内の健康づくりを促進します [] ヌオアップ!!

| | | |
|-------------------------|--------------------|--------------------|
| 社内の健康づくりの状況 健康づくりの状況 | 健康経営の推進 健康経営の推進 | 健康経営の推進 健康経営の推進 |
|-------------------------|--------------------|--------------------|

健康経営優良優良企業
当社は、健康経営優良優良企業に認定された企業です。健康経営の推進を促し、従業員の健康を促進し、業務の効率化を図ります。4月1日より認定された企業です。4月1日より認定された企業です。

| | | |
|----------------|----------------|----------------|
| 代表取締役 代表取締役 | 代表取締役 代表取締役 | 代表取締役 代表取締役 |
|----------------|----------------|----------------|

上記の住所が住所を記載して登録することになります。

〒 年 月 日 株式会社



(2) 申請書の作成

- ・前ページの健康経営優良法人2022（中小規模法人部門）認定要件に基づき各項目取組状況の成否を判断します。必須項目と幾つかの項目をクリアすれば認定される項目など、詳細は別添の「申請書」および「今年度の概要と主な変更点」を参考に確認のうえ、申請書類の作成を行います。
- ・(株)玄米酵素は其中でも各企業様が独自に取り組むことが難しい「⑨ 食生活の改善に向けた取り組み」について、様々な観点からお手伝いをさせていただきます。



(3) 申請書の提出

- ・ 2022年版より、申請書類は全て電子化しています。誓約書を含め、申請内容は全て電子申請にて送付します。
送付先は、日本健康会議認定事務局となります。
- ・ 申請期間：2021年8月30日から11月1日までの2ヵ月間
- ・ 認定日：2022年3月
- ・ 認定期間：認定日～2023年3月31日

中小規模法人部門の流れ

加入している保険者(協会けんぽ、健康保険組合連合会、国保組合等)が実施している健康宣言事業に参加

※加入している保険者が健康宣言事業を実施していない場合は、各自治体が発行する健康宣言事業への参加をもって代替可能。保険者と自治体のいずれも健康宣言事業を実施していない場合は、自社独自の健康宣言の実施をもって代替可能。

自社の取組状況を確認し、中小規模法人部門の認定基準に該当する具体的な取組を申請書類に記載

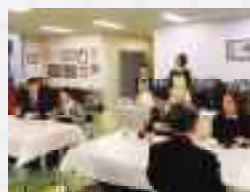
日本健康会議認定事務局へ申請

認定審査

日本健康会議において認定



当別町役場職員向け健康経営セミナーで語る道見相談役(弊社工場が当別町中小屋に所在する縁で実施しました)



(株)玄米酵素 本社にて玄米を食べるデー



会議途中で車動をする弊社社員

Ⅱ 「食生活の改善に向けた取り組み」について

1. 社員・ご家族を対象とした食と健康セミナー、料理教室の開催

※基本パターンの6ステップです



- ・「食生活の改善に向けた取り組み」の一環として、社員、ご家族を対象とした食と健康セミナーを定期的で開催します。(2～3ヵ月に一度のペース)6ステップに分け、食事の基本から運動の必要性や心の健康などについて、自然食の試食会や簡単な料理教室なども交えながら実施します。

※各企業様のニーズや時間的な制約なども踏まえ、臨機応変に対応いたします

2. 希望者の方を対象とした個別相談の実施

- ・社員の皆様からいただいたアンケート結果や食生活改善に関する要望事項など希望者の方を対象に、管理栄養士が個別相談に応じます。
- ・当社のレシピサイト「ケアごはん」を利用し、電話、面談などでお悩み・症状別食事法などをお伝えします。



<https://caregohan.jp/>

3. 事業所カルテの利用

- ・全国健康保険協会(協会けんぽ)の健康宣言事業に参加した企業様には、社員や家族を含めた加入者の月平均医療費や生活習慣病のリスク保有率等を表示した「事業所カルテ」が届けられます。
- ・「事業所カルテ」を毎年入手することにより、全国平均や各都道府県平均との比較や社員の健康状態を時系列で管理することが可能となり、推奨しています。

4. 玄米酵素商品の割引価格での提供

→ P7 参照

- ・健康経営サポート企業様には、法人会員に登録頂き割引価格で提供します。定価の75%にて玄米酵素商品の購入が可能となります。

5. 自然食品の割引価格での提供・斡旋

→ P8 参照

- ・健康経営サポート企業様には弊社の自然食ショップ「元氣倶楽部」指定の安心安全な自然食品を特別価格で提供します。
- ・期間限定で特別な自然食品を特別価格で購入できます。

玄米酵素商品一例

価格は全て税別です



[商品番号:11] ハイ・ゲンキ プレーン

顆粒 / 3.5g×90袋入

玄米と玄米胚芽・表皮を麹菌で発酵させた玄米酵素の基本タイプです。玄米の香ばしさが食べやすく、玄米のビタミン、ミネラル、食物繊維や各種酵素を取ることができます。毎日の健康維持にオススメです。

定 価……………4,320円
 特約店 (65%)……………2,808円
 准特約店 (75%)……………3,240円



[商品番号:20] ハイ・ゲンキ スピルリナ

顆粒 / 3.5g×90袋入

玄米と玄米胚芽・表皮を麹菌で発酵させ、大豆とスピルリナ(クロレラと同じ藻類で、細胞壁が薄く消化吸収が優れ、β-カロテンやビタミンB群が豊富)を加えました。野菜不足の方にオススメです。

定 価……………5,184円
 特約店 (65%)……………3,370円
 准特約店 (75%)……………3,888円



[商品番号:31] ハイ・ゲンキ 靈芝

顆粒 / 3.5g×90袋入

玄米と玄米胚芽・表皮を麹菌で発酵させ、大豆とスピルリナそして中国で古来、健康維持に珍重されてきた靈芝(マンネンタケ科のキノコ)を加えた、贅沢な仕様。生活習慣が気になる方にオススメです。

定 価……………10,368円
 特約店 (65%)……………6,740円
 准特約店 (75%)……………7,776円



[商品番号:41] ハイ・ゲンキ グルカン

顆粒 / 3.5g×90袋入

玄米と玄米胚芽・表皮を麹菌で発酵させ、大豆とスピルリナそして4種類のキノコ(靈芝・舞茸・椎茸・冬虫夏草)から抽出したグルカンを加えた、贅沢な仕様。グルカンはキノコに含まれる健康に役立つ成分です。

定 価……………10,368円
 特約店 (65%)……………6,740円
 准特約店 (75%)……………7,776円



[商品番号:45] ハイ・ゲンキ ビフィズス

顆粒 / 3.5g×90袋入

玄米と玄米胚芽・表皮を麹菌で発酵させ、ビフィズス菌、オリゴ糖を加えました。食物繊維、ビフィズス菌、オリゴ糖の3つの成分が毎日の食生活をサポートします。

定 価……………10,368円
 特約店 (65%)……………6,740円
 准特約店 (75%)……………7,776円



[商品番号:55] ハイ・ゲンキ 花粉

顆粒 / 3.5g×90袋入

玄米と玄米胚芽・表皮を麹菌で発酵させ、大豆と栄養バランスが優れたミツバチ花粉を加えました。成長期のお子様や40代からの女性にオススメです。顆粒タイプは、オリゴ糖入りで携帯に便利です。

定 価……………8,208円
 特約店 (65%)……………5,336円
 准特約店 (75%)……………6,156円



[商品番号:120] 玄米酵素 F100

顆粒 / 3.5g×90袋入

ビタミンB群、ミネラル、食物繊維含有量がハイ・ゲンキシリーズの中でNo.1。栄養成分が高いので、より元気に過ごしたい方にオススメです。

定 価……………5,832円
 特約店 (65%)……………3,791円
 准特約店 (75%)……………4,374円



[商品番号:94] 玄米ファインハスカップ

錠粒 / 150g (30g×5袋)

玄米と玄米胚芽・表皮をベースに作られた玄米発酵食品です。ビタミンB群、カルシウムに加え、食物繊維も手軽に補給することができます。善玉菌の栄養源になるオリゴ糖配合。お子様のヘルシーなおやつとしても食べやすいタブレット状。
*大豆を含む製品と同じ製造ラインを使用しています。

定 価……………2,160円
 特約店 (65%)……………1,404円
 准特約店 (75%)……………1,620円



[商品番号:110] 元氣大豆 21

顆粒 / 3.5g×90袋入

北海道産大豆を独自製法で粉末にし、カルシウムを加えました。大豆特有の生臭さがなく、手軽に大豆イソフラボンなどの成分を取ることができます。

定 価……………4,320円
 特約店 (65%)……………2,808円
 准特約店 (75%)……………3,240円



このマークは北海道産の原材料を道内で製造した食品にのみ使用を認められています。

自然食品一例

価格は全て税込です



米粉クッキー メープル

60g 定 価…388円
提供価格…350円

石川県産米粉を使用。メープルのやさしい甘みとサククリとした食感が美味しいクッキーです。卵・乳製品・小麦粉不使用一切不使用。

【原材料】米粉、なたね油、メープルシロップ、アーモンドパウダー、てんさい糖、食塩
■オーサワジャパン、常温で6ヵ月



旨しお海苔ごま風味

8切り40枚 定 価…562円
提供価格…505円

ごま油と塩のみを使用し、海苔の旨みを一層引き立てて、全体にマイルドな味と食感に仕上げました。豊かな香りと旨み、そしてくっきりとしたパリッとトロける味をお楽しみいただけます。

【原材料】乾のり(鹿児島産)、ごま油、食塩
■ムソー、常温で9ヵ月



新潟県産 乾燥きのこ三昧

40g 定 価…650円
提供価格…585円

肉厚で香りの良い新潟県産の椎茸、舞茸、きくらげを乾燥して合わせました。水戻し不要なので、そのまま煮物、汁ものなどに使える便利な一品です。

【原材料】舞茸、椎茸(菌床)、きくらげ
■エコロ、常温で1年



海の精 国産有機玄米味噌

1kg 定 価…1,566円
提供価格…1,400円

国内産有機大豆・玄米使用。風味よく甘みがあります。有機JAS認定。

【原材料】有機大豆(秋田・青森産)・有機米(埼玉産)・食塩(海の精)
■海の精、常温で8ヵ月



北海道産 亜麻仁油

110g 定 価…3,780円
提供価格…3,402円

亜麻仁が本来もつ風味やコク、栄養成分を保った食用オイルです。必須脂肪酸であるα-リノレン酸(オメガ3系脂肪酸)が含まれます。1日およそ小さじ1杯(4g)をそのまま飲むか、ドレッシングとしてお召し上がりください。

【原材料】亜麻の種子(北海道産)
■OMEGAファーマーズ、常温で6ヵ月



だし醤油

1,000ml 定 価…1,534円
提供価格…1,305円
500ml 定 価…821円
提供価格…700円

厳選した鰹と昆布の旨さを利かせ木桶仕込み醤油とブレンドした上品でふくよかな味と香りのエコロオリジナルの本格だし醤油。

【原材料】しょうゆ(国内製造)、砂糖、発酵調味料、食塩、酵母エキス、こんぶエキス、かつお節だし、かつお節エキス(一部に小麦・大豆をきむ)
■エコロ、常温で1年



元氣C

300ml 定 価…1,620円
提供価格…1,296円

レモンの50倍のビタミンCを含むといわれるアセロラ果実と、玄米醸造酢、紀州梅干、梅エキス、黒糖等を加え、独自の醸成による天然ビタミンC強化の健康酢です。

【原材料】醸造酢(国内産)、アセロラ醸造酢抽出液、梅酢、梅エキス、黒糖/サンゴカルシウム
■エコロ、常温で1年



沖縄の恵みクッキングボトル

150g 定 価…1,080円
提供価格…920円

沖縄県宮城島の外界かに面した太平洋側から取水した軟水100%のお塩です。じっくり時間をかけてまるやかに仕上げました。塩自体に旨みとコクがあり、どんな料理にも深い味わいを与えます。

【原材料】海水
■エコロ



和風だし

42g(3g×14本) 定 価…580円
提供価格…522円

木枯節、鰹節、宗田節に、国産の昆布と国産の椎茸を合わせた、手軽に使える和風の顆粒だしです。化学調味料、たんぱく加水分解物無添加。

【原材料】風味原料(かつお節、宗田節、昆布、椎茸)、食塩、てんさい糖、酵母エキス
■エコロ、常温で2年



函館近海産カットわかめ

35g 定 価…853円
提供価格…760円

函館近郊産わかめ。肉厚で歯ごたえがよく、また風味も良いおいしいわかめです。

【原材料】湯通し塩蔵わかめ
■エコロ、常温で1年

- 1 法人の代表(会長・社長等)、団体(社団法人、財団法人)の代表に対し、健康経営や健康経営を取り入れるメリット、当社がサポート業務を実施していることなどを説明。
- 2 法人の役員メンバーに対し、同様の内容を説明。サポート業務の具体的な内容、特に健康経営優良法人取得のメリットやサポートの内容について説明。
- 3 経営幹部ならびに社員向けに第1回食と健康セミナー開催。
- 4 玄米酵素との業務委託契約締結。
- 5 未登録先は特約店・准特約店の登録。
- 6 健康経営優良法人取得に向け、全国健康保険協会(協会けんぽ)各支部に対し「健康事業所宣言」の手続き実施。
- 7 宣言と同時に協会けんぽに対し、「事業所カルテ」の入手を依頼。そのコピーをいただき、会社の傾向や医療費の削減推移など把握。医療費削減の目標を決定し、共有しながら進めていく。
- 8 経営幹部ならびに社員向けに第2回健康セミナー開催。健康アンケートを回収。社員個々の健康状態を把握し、希望者に対する個別指導や会社全体の傾向を掴む。
- 9 健康経営優良法人取得へ向けて、具体的な活動の開始依頼。認定基準解説書に基づき、進捗状況を確認、アドバイス実施。
- 10 引き続き第3回以降のセミナー実施。2~3ヵ月に1回のペースで第6回までのセミナー行い、それ以降の進め方について話し合い実施。



〒001-0012 北海道札幌市北区北12条西1丁目1-1
TEL.011-736-2345 / FAX.011-736-2347
<https://www.genmaikoso.co.jp>

健康経営サポートに関する問い合わせは下記の玄米酵素販売店へ