

2022年 取組み内容と結果

取組み内容	結果	実施目的	投資額
健康だよりの発行（健康経営方針や目標、イベントのお知らせ） 長野市保健所、協会けんぽメルマガを情報共有	通年	健康経営の社内浸透 健康リテラシーの向上	—
定期健診、任意検診の実施・推奨 社員の家族へ特定検診受診の推奨	5月～7月 受診率 100% 受診率 40.9%	生活習慣病予防 がん対策 受診率向上	57万円
産業医による全体健康指導 職場環境の確認	10月 月1回	生活習慣病予防 健康リテラシーの向上	36万円
保健師による特定保健指導	10月	生活習慣病予防 がん対策 受診率向上	—
再検査・要精密検査・要治療者への受診推奨	10月	生活習慣病予防 がん対策 受診率向上	—
ストレスチェックの実施	7月 受診率 100%	高ストレス比率の低下	6万円
長野県主催"ウォーキングラリー"への参加 社内ウォーキングイベントの開催（2回）	9月～11月 参加率 29.6%	生活習慣病予防 運動習慣のある社員の増加	—
部活動の応援・社内情報発信	通年	運動習慣のある社員の増加 コミュニケーション機会の増加 ワークライフバランスの充実	15万円
自己啓発・コミュニケーション支援制度	通年	運動習慣のある社員の増加 コミュニケーション機会の増加 ワークライフバランスの充実	23万円
外部講師による「免疫力向上セミナー」	12月 参加率 39.5%	生活習慣病予防 健康リテラシーの向上	—
4社合同健康研究会にて合同実施 禁煙プロジェクト 女性の健康に関するセミナー	5月 禁煙成功者 1名 6月 参加率：100%	生活習慣病予防 健康リテラシーの向上 がん対策	—
心の健康づくり計画に基づく「メンタルヘルス講習会」 全社員対象と管理職対象の2回実施	8月 参加率 91.7% 12月 参加率 100%	高ストレス比率の低下	—
外部講師によるセミナー 「障がい者を理解し、地域で共に暮らす」 「心のバリアフリー～共に生きるまちづくり～」	7月 参加率 100%	高ストレス比率の低下	—