

(参考様式)

健康づくり計画書

令和6年7月18日

事業所名 日東自動車機器株式会社

代表者名 代表取締役社長 阿部太洋

課題のテーマ		社員の健康増進とメンタルヘルスの向上
課題の内容		近年、社員の健康状態やメンタルヘルスの重要性が増しています。業務の負荷や職場のストレス環境は、社員の健康状態の悪化、生産性や職場満足度の低下が懸念されます。このため、従業員の健康管理とメンタルヘルスケアを強化し、全体の健康水準を向上させることが必要です。
数値目標の内容 と期限	どのような 目標か	運動プログラムを提案し、日頃から運動をする意識を高める
	現状値	週に運動の習慣 0 日の人 63%／1 日の平均歩数 4,000 歩
	目標値	運動の習慣 0 日の人 50～59%／1 日の平均歩数 5,000 歩
	単位(%等)	%／歩数
	達成年度	2025 年 3 月まで
目標に向けた具体的な計画		・ 元気アップ！リいばらきへの登録 ・ 健康増進活動へのインセンティブ制度の導入 ・ 健康増進活動の成果を共有し、参加意欲を高めるための報告会の実施 ・ 健康に関するセミナーの実施
担当部署・担当者氏名		総務部 大谷富士子

※ この様式は、いばらき健康経営推進事業所認定制度実施要綱別表 1 の項目 3－⑤(申請書番号②－10)の計画書の参考として提示するものである(形式は任意)。当該項目は以下の 4 点を満たしていることをもって適合とする。

- (1) 事業所の従業員の健康増進や過重労働等に関する課題を把握している
- (2) 課題に対して具体的な計画や数値目標を設定している
- (3) 計画を実行するにあたり、実施主体・責任担当者を定めている
- (4) 目標の期限や達成スケジュールを定めている

※ 本項目では「目標・計画の“設定”」について評価するため、目標の達成状況は問わない。