

平成28年度 プラン推進のための取組

平成29年1月23日現在

■ 関係団体と連携した健康づくりの普及啓発と環境整備

ウェルネス・チャレンジ事業【継】

生活習慣病の発症・重症化予防を図るため、1日の歩行をあと10分(1,000歩相当)増やすことや野菜のメニューを選ぶなど、都民自らが負担感なく望ましい生活習慣を継続して実践できるよう、普及啓発と環境整備を関係団体と連携して実施。

<ポータルサイト「TOKYO WALKING MAP」の開設>

平成28年10月、都民が楽しみながら日常生活における身体活動量(歩数)の増加が図れるよう、ポータルサイト「TOKYO WALKING MAP」を開設。サイトには、都内区市町村が作成したウォーキングマップとウォーキングを続けるコツなどのコンテンツを掲載、スマートフォンにも対応。

📍 サイトの特徴

- 「区市町村」「主要路線」「歩く時間」から、自分に合ったウォーキングコースを手軽に検索。
- コースはGoogleマップにルートを表示。自治体が作成したPDF版のマップもダウンロード可能。
- 各コースには各自治体オススの見どころを掲載。
- 各ページ英語表記対応

※ 掲載自治体：5区市36コース。平成28年度末には8自治体を追加掲載予定。

【トップページ】



【コース検索画面】



【コース紹介ページ】



URL : <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/walkmap/>

<「TOKYO WALKING MAP」普及用ポスター>

- (1) 都内自治体の他、全国健康保険協会東京部、東京商工会議所、東京都商工会連合会、東京法人会連合会、東京都中小企業団体中央会、東京労働局、東京産業保健総合支援センター、各地域産業保健センターへ配布、掲出を依頼。
- (2) 都営交通と連携し、都営地下鉄各駅にて平成28年10月24日から11月30日まで掲出
- (3) 日本チェーンストア協会東京支部と連携し、会員企業スーパーマーケット※に配布、掲出を依頼

※ (株)イトーヨーカドー、(株)いなげや、サミット(株)、相鉄ローゼン(株)、(株)ダイエー、(株)東急ストア、(株)東武ストア、(株)マルエツ

【ポスター】



<あと10分歩こうキャンペーン>

都営交通と連携し、駅階段ステップ広告及び階段エスカレーター横のポスター掲出を実施。

階段ステップ広告では、秋の東京を歩くことの魅力を呼びかける内容とし、階段・エスカレーター横壁面には、都内の美しい景色とともに新設したポータルサイト「TOKYO WALKING MAP」を紹介するポスターを掲出。

- 期間：平成28年10月24日（月曜日）から11月5日（土曜日）まで
- 場所：都営浅草線アドリラ新橋のJR連絡階段ステップ、階段・エスカレーター横壁面

【階段ステップ広告】



【階段・エスカレーター横広告】



<野菜を食べる！習慣づくり>

【卓上ミニのぼりの作成】

野菜摂取量増加への意識醸成に向けたツールとして作成。

- 作成数：3,000個

- (1) 東京都中央卸売市場と連携し、東京都青果物商業協同組合及び各支部会員の青果専門小売店へ配布し掲出を依頼。
- (2) 都内保健所に配布し、野菜メニュー店（次ページ参照）やJA、給食施設等へ配布し掲出を依頼。

【「野菜たっぷり簡単レシピ」の作成・普及】

野菜摂取量増加に向け、公益財団法人日本中国料理協会と連携し、会員調理師の方に「野菜たっぷり簡単レシピ」を考案いただく。

考案いただいたレシピは、都健康づくりポータルサイト「とうきょう健康ステーション」で紹介するほか、パンフレットを作成し広く普及を図っていく。

- 考案依頼数：10品目
- ホームページ掲載：平成29年3月末を予定

【卓上ミニのぼり】



<地域における食生活改善普及事業>

【野菜メニュー店の整備及び普及】

野菜摂取量の増加に向けた食環境整備の推進に向け、1食当たり120g以上の野菜を使用したメニューを提供するお店を「野菜メニュー店」として、都や都保健所のホームページで紹介。

「野菜メニュー店」には店舗掲示用ステッカーを配布。

○店舗数（平成28年12月末時点）407（多摩・島しょ地区）

※特別区及び八王子市、町田市は独自に取組を実施

【野菜メニュー店ステッカー】



【普及用パンフレット】



職域からの健康づくり

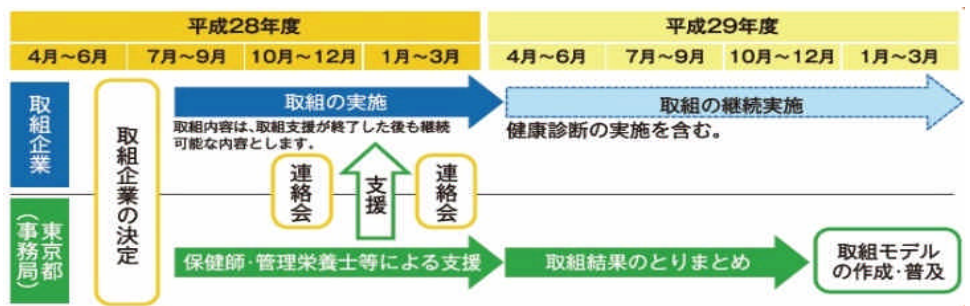
<職域健康づくり推進事業【新】>

従業員の健康づくりに意欲がある企業に、働き方に応じた職場環境改善の取組メニューの提示や産業保健に詳しい保健師・管理栄養士等からのアドバイスなど、きめ細かな支援策を実施する。取組結果は、収集・分析を行い、事例集を作成する。

○取組企業：15社

情報通信業：5社 製造・販業・卸売業等：5社 運輸・貨物運送業：3社
サービス（ビル管理）業：1社 建設業：1社

○事業の流れ



申請について

対象となる企業等について

申請できるのは、次の3つの要件をすべて満たしている企業等になります。

- 1 従業員の健康づくりに取り組みたい企業等または取組は実施しているが課題を抱えている企業等であること（運輸業、情報通信業又はその他の企業）
- 2 本社または事業所が東京都内に所在し、常時雇用する労働者数が300人以下であること
- 3 企業等における健康づくりの取組内容や効果等の公表が可能であること

※ただし、次のいずれかに当てはまる企業等は対象となりません。

- ・法律の定めのない医業類似行為を行う企業等
- ・食品衛生法、薬事法、健康増進法等の関係法令に適合しない食品及び医薬品等を販売する企業等
- ・健診の実施機関及び健診の普及啓発を目的に設立された企業等
- ・特定の政治活動や宗教活動を行う企業等
- ・暴力団（東京都暴力団排除条例（平成23年東京都条例第54号。以下、「条例」という。）第2条第2号に規定する暴力団をいう。）及び代表者、役員、使用人その他の従業員もしくは構成員に暴力団員等（条例第2条第3号に規定する暴力団員及び同条4号に規定する暴力団関係者をいう。）に該当するものがある企業等
- ・その他、東京都が不適当とみなした企業等

申請方法・決定までの流れ

- 1 まずは下記事務局までお問い合わせください。
※事務局からご説明した後、申請書をお渡しします。
- 2 申請書を作成し、ご提出ください。（郵送可）
- 3 審査結果に基づき決定後、決定通知書を交付いたします。

申請期限 **平成28年7月22日（金曜日）**

お問合せ先

東京都職域健康づくり推進事業事務局
（みずほ情報総研株式会社内）
〒101-8443 東京都千代田区神田錦町2-3
電話 0120-145-277（平日10~17時）
E-mail tokyo_kenkou2016@mizuho-ir.co.jp

東京都職域健康づくり推進事業 取組企業募集案内

東京都では、日常生活の長時間を過ごす職場における健康づくりの取組を推進しています。

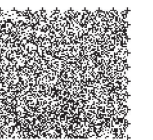
会社の生産性や企業力の向上には、従業員が元気に働き続けられることが大切です。実際に従業員の健康に配慮した経営を行い、業績や従業員の定着率がアップした会社もあります。

「会社の元気は従業員の健康から！」
を合言葉に、東京都と一緒に従業員がイキイキと働く職場づくりを目指しませんか。



東京都健康づくり推進キャラクター
ケンコウデスカマン

東京都福祉保健局



小さな一歩から「元気な職場づくり」はじめてみませんか

～職場における健康づくりに取り組む企業を募集・支援します!～



ちょっと実行、
ずっと健康。

東京都職域健康づくり推進事業とは

業種や働き方に応じた健康づくりに取り組む企業等を、東京都が「取組企業」として決定し、その活動を支援することで、職場における効果的な健康づくりの推進を目指すものです。

東京都が行う支援の内容

- 産業保健に詳しい保健師や管理栄養士等の専門職を派遣し、企業の健康づくりをきめ細かにサポートします。

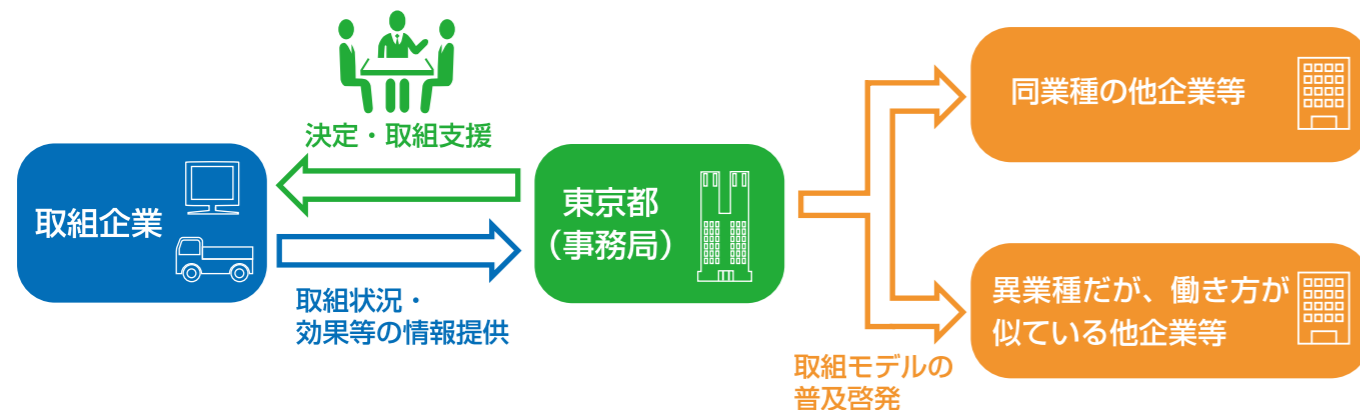
< 訪問支援を行います(4回以上)。>

- ・企業を訪問し、現況を把握
- ・経営者や健康づくりの実務担当者と相談しながら、実施計画書の作成支援
- ・職場の状況に応じた、継続可能な健康づくりの取組メニューをご提案
- ・具体的な実践方法等のアドバイス

< 随時、電話やメールによるご相談にも対応します。>

- 取組企業同士が活動状況報告や情報交換を行う連絡会を2回以上開催します。

企業の健康づくりに詳しい有識者に出席していただきます。貴重なお話やアドバイスを直接聞くこともできます。

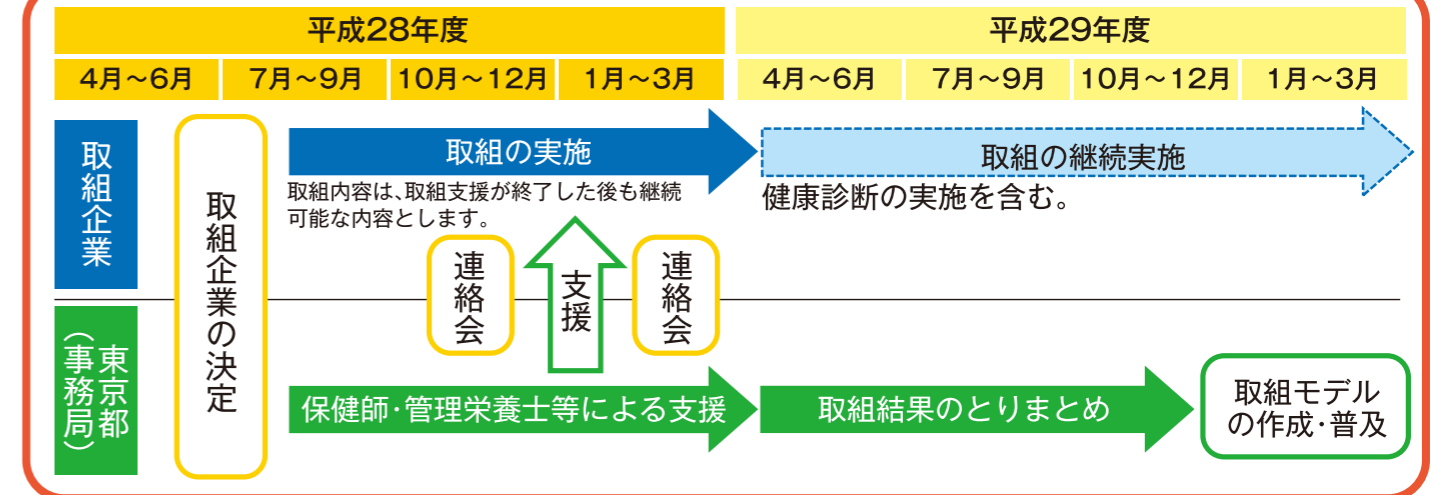


取組企業になったら

取組企業として決定された企業には、次のとおり活動とご協力をお願いします。

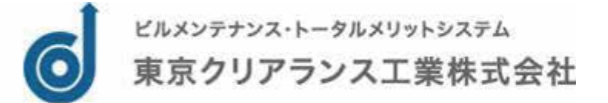
- ・職場の状況に応じた従業員の健康づくりへの継続した取組
- ・職場の健康づくりに関するアンケート調査(取組の最初と最後を予定)
- ・取組状況や取組の効果が分かる情報の提供

事業の流れ



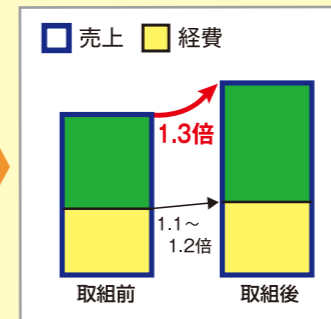
健康づくりにチャレンジした企業の取組内容とその効果

- ▶ワークライフバランスの徹底!
- ▶地域産業保健センター(産業医)の利用!



取組による経費と売上の変化

外部委託による経費の負担を上回る売上の増加!



取組のきっかけと取組内容

- 夜勤明けの従業員が現場でケガ
- ▶夜間業務を外部委託
- 勤務時間(9時～17時)を徹底

社員の变化等

- 生活が規則的になり、体調不良者が減少
- 勤務にメリハリができ、余裕のある丁寧な仕事が可能に。
- 顧客の信頼度が上昇、新たな仕事の依頼が増加。従業員の意欲向上。

代表取締役社長からの一言

勤務体制・健康管理の一環として進めた取組ですが、業績アップにもつながり嬉しい驚きです。

上記の事例は本事業で実施したものではありませんが、健康につながる職場の環境づくりを行ったことで大きな効果を得られたことが分かります。

皆様もこの機会に、「東京都職域健康づくり推進事業」に参加して、気軽に保健師や管理栄養士等に相談しながら、元気な職場づくりに取り組まいませんか。

ホームページ
について

取組企業の活動状況等を適時東京都ホームページで紹介していきます。
URL : <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/syokuiki-kenkoudukuri/index.html>