

持続可能な健康経営の 4つのステップ

健康経営の進め方のキホンは「土台づくり」

健康経営を始めるためには「土台づくり」が大切です。実践までの手順は、大きく分けて4つあります。ピラミッドの土台を作るイメージで、順番よく取り組むことで「持続可能な健康経営」を実現する、強固な経営基盤を作ることができます。

※「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

HEALTH MANAGEMENT



実施後は…

振り返って
評価・改善しよう

外部と連携し、取り組み
や成果について評価し、
改善策を立てよう！



土台が作れると可能性は無限大！
理想的な健康経営

経営者と従業員が協力し合い、健康経営に取り組んでいる理想のカタチ。従業員自ら取り組みに関する評価・改善を行い、次に繋がる土台を築いていくことで大きな経営基盤へと変化していきます。

STEP 4 会社全体で健康づくり実践！

役割や対象者、現状や課題が見えてきたら
ようやく効果的な取り組みが出来ます。
会社一丸となって取り組みましょう。



健康経営 アドバイザーとは？

健康経営の必要性を伝え、実践へのきっかけをつくる普及・推進の専門家です。自社で推進するにあたり課題がある場合は、外部専門家の協力を上手に活用しながら無理なく進めていきましょう。

STEP 3 実践前に見直し。 健康経営に向けた社内環境づくり。

ワークライフバランス、社内コミュニケーション、ヘルスリテラシー向上、病気の治療と仕事の両立支援。どれも実践前に欠かせない環境なので整えましょう。



STEP 2 定期健診受診などの実施。 健康課題の把握、対策・目標を立てよう。

まずは定期健診率100%に向けて取り組み、現状を把握。見えてきた対象者や健康問題の原因・課題を探り、対策・目標を立てましょう。



STEP 1 健康経営宣言し、社内外へ発信。 経営者やリーダーが推進役に。

健康経営を行うことを社内外に宣言。経営者やリーダーを中心に健康づくりの担当者となり、健康経営体制づくりのための第一歩を踏み出しましょう。



※経済産業省が推進する「健康経営優良法人（中小規模法人部門）認定要件」を参考に作成しています。



BAD!!

こうなっていませんか？
4つのステップをふめていない

不健康経営

従業員がバラバラで健康経営が回っていない不健康な状態。順番を無視して、目の前の取り組みや成果に飛びついてしまうと、現状の課題が把握できず、根本的な問題解決に至りません。

一過性の
取り組みに
なっている

協力し合う
体制づくりが
出来ない

ステップを
無視して
取り組みや成果に
飛びつく

STEP 4

STEP 3

STEP 2

STEP 1