

# 小牧市×協会けんぽ「健康宣言」 Wチャレンジ 実施中！



**Wチャレンジとは…**協会けんぽ愛知支部と自治体が健康宣言、健康経営の推進を双方で行うことにより、職場での健康意識を高め、継続的な健康づくりを目的としています。

小牧市では協会けんぽの健康宣言に参加された市内事業所を「**小牧市健康づくりチャレンジ宣言事業所**」として認定し、事業所の健康づくりを応援しています。小牧市で用意している健康づくり支援メニューをぜひご活用ください！

## ◆ Wチャレンジの流れ ◆

協会けんぽ愛知支部に「健康宣言書」を提出

選択した取組みを実施

取組結果報告書を提出

翌年度の取組みへ

健康宣言チャレンジ認定証を交付

小牧市・協会けんぽ愛知支部ホームページで事業所名紹介(希望事業所のみ)



年度末に協会けんぽから各事業所へ取組結果報告書を発送

優秀な取組みを行った事業所を小牧市と協会けんぽで共同表彰

※協会けんぽ単独の表彰制度もあります。

協会けんぽにご提出された健康宣言書及び取組結果報告書は小牧市と内容を共有いたします

「健康宣言」で、社内外に自社の健康づくりをPRできるコマ！



超簡単!!

## 「健康宣言」に、小牧市メニューをご活用ください！

### 1. 受診勧奨の取組み…社員やご家族への受診機会の周知

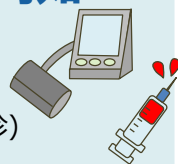
健康宣言の①でご活用いただけます。

小牧市メニューの一例

● 各種健診・検診 (ヤング健診、歯科健診、がん検診)

※市民の方は小牧市ホームページ又は広報でご確認下さい

※市外の方は、お住まいの自治体にご確認下さい



### 2. 健康づくり出前講座の利用

健康宣言の⑤などで活用いただけます。

事業所向けに、健康講座の出前講座を行っております。高血圧予防、健康診断結果の見方、たばこ、こころの健康、歯周病予防などの健康講座メニューから選んでお申込みください。

※詳細は春日井保健所もしくは保健センターまで



### 3.こまき健康いきいきポイント事業の利用

健康宣言の①、⑨、⑩などでご活用いただけます。

**対象** 中学生以上の小牧市民、市内在勤、在学の方  
(但し、18歳未満の方は、商品券の申請の際、保護者の同意が必要)

**内容** 各自が健診の受診や健康づくりに取り組み、ポイント(マイレージ)を貯めることで特典が受けられます。



**全て自己申告制となり、  
取り組みやすくなりました!!**

あいち健康マイレージ協力店で、割引や優待を受けられる「まいか」をゲット!

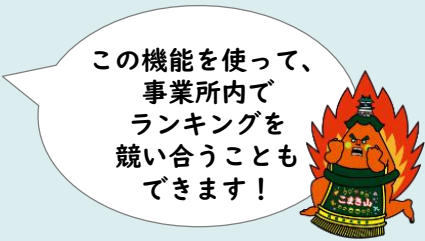
### 4.ウォーキングアプリ alkoの活用…事業所登録と利用者登録が必要です

健康宣言の⑩でご活用いただけます。

ウォーキングアプリ alko は、小牧市が独自に開発したスマートフォン専用のウォーキングアプリです。ウォーキングを楽しく長く続けて習慣にしてもらうために、様々な機能を搭載しています。



その日のランキングの表示  
年代別や事業所別のランキング表示も可能  
一定条件をクリアするとポイントを付与  
ポイントは市内限定商品券に交換可能※  
※応募者多数の場合は、抽選となります。



※市外にお住まいの従業員の皆様が、アルコポイントを利用するには、小牧市内の事業所登録が必須です。事業所登録は小牧市ホームページもしくは、アルコの設定画面「事業所登録申請」から申請できます。

### 5.メンタルヘルスチェック「こころの体温計」の利用

セルフチェックでご活用いただけます。

市ホームページから利用できます。自分自身のこころの健康状態を把握できる「本人モード」のほか、「ストレス対処タイプテスト」「認知症簡易チェック」など計8種類のチェックが可能です。毎月「こころの体温計の日」を決めて、従業員の参加を促してください。



「こころの体温計」二次元コード



本人モード結果画面(例)

## 「健康経営優良法人認定制度」

「健康宣言」をステップアップして、「健康経営優良法人」の認定を目指すことができます!  
「健康経営優良法人」の認定を受けると?

健康経営優良法人認定の  
ロゴマークをPRに  
活用できる



求人

取引先に

※「健康経営優良法人」は日本健康会議による認定制度です。認定要件等は、経済産業省ホームページをご覧ください。  
※健康経営優良法人認定取得のための補助金制度があります。詳しくは、下記の二次元バーコードをご覧ください。

### 小牧市メニューのお申込・お問い合わせ先

健診・検診、出前講座については  
小牧市保健センター

TEL: (0568) 75-6471 FAX: 75-8545  
〒485-0044 小牧市常普請一丁目318番地

いきいきポイント、ウォーキングアプリalkoについては  
小牧市役所 健康生きがい推進課

TEL: (0568) 39-6568 FAX: 75-8283  
〒485-8650 小牧市堀の内三丁目1番地



企業向けメニューの詳細はこちら