

「頑張る職場の健康チャレンジ」 Q & A

<p>Q 1. 健康チャレンジを行う背景は？</p>	<p>A 1. 那覇市の早世の高率は、働き盛り世代の肥満に起因する糖尿病や高血圧等生活習慣病の増加が一因となっています。この背景には「内臓肥満」「喫煙」「多量飲酒とその習慣化」があげられます。また、近年自殺も 40～50 代男性が最も多く、職場のメンタルヘルス対策も重要となっています。</p> <p>働き盛り世代においては、時間がないなどの理由から運動等の健康づくりに取り組めないとしています。その背景には長時間勤務等の就労環境もあるものとされていますが、一方で、本人の健康づくりへの意識と行動の持続性が保てない状況や、それを支援する職場の健康づくりへの理解等が整っていない状況があるものと推察されます。那覇市には中小零細企業が多く立地していますが、それらの事業所においても、職員の健康管理への意識があるものの、時間がない、経費がないなどの理由により職場での主体的な取組がなかなか進まない状況がみられます。</p> <p>そうした中で、働き盛り世代が健康づくりへの意識を高め、継続的な活動を行うとともに、それぞれの職場（事業所）が職員の健康づくりを円滑に支援できるよう、そうした枠組みづくりに向け、職場が主体的に取り組む健康づくりモデル事業を実施することとなりました。</p>
<p>Q 2. 健康チャレンジで行うことは健康づくり活動だけですか。</p>	<p>A 2. 健康づくり活動が中心になりますが、成果（体重減、運動の習慣化等）が見込まれる活動を検討して頂くとともに活動記録を作成して頂きます。</p>
<p>Q 3. 参加条件は、那覇市内に立地する従業員数 5～99 人の事業所ということだけですか。</p>	<p>A 3. 左記の条件以外に次の条件もあります。</p> <p>①本市に本社もしくは支店又は営業所を置く法人の場合、本市の市税を滞納していない者。また、市外に本社を置く法人の場合、本社所在市町村の市町村民税を滞納していないこと。</p> <p>②申込みをしようとする法人及びその役員並びに個人が、暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律（平成 3 年法律第 77 号）第 2 条及び那覇市暴力団排除条例第 2 条に規定する暴力団又は暴力団員及びそれらの利益となる活動を行う団体でない者。</p>
<p>Q 4. 参加者は全員同じ活動をしなければならないのですか。</p>	<p>A 4. 各人が異なる健康づくり活動（例えば、参加人数が 10 人で 7 人は運動、3 人は禁煙活動等）に取り組んでも構いません。また、同じ事業所に所属する一部の職員での参加でも構いません。</p>

<p>Q 5. どのようなものが助成の対象となりますか。</p>	<p>A 5. 助成の対象は、職場内の既存のサークル活動でないこととします。また、以下に助成内容を例示しますが、以下に示すもの以外でも、提案内容に沿って、それが適切であると認められる場合には、助成します。なお、疑問が生じた場合、提案書作成時に予め照会頂いても構いません。</p> <table border="1" data-bbox="683 430 1401 795"> <thead> <tr> <th data-bbox="691 441 1393 488">健康チャレンジで助成を行う事項</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="691 488 1393 784"> <ul style="list-style-type: none"> ・健康器具の購入、レンタル ・健康講話、健康指導等講師の派遣費用 ・各種健康教室の参加費 ・スポーツジム等健康関連施設の利用料 ・取り組み実施前後の検査費用 ・禁煙活動推進の為の費用（禁煙外来費、禁煙パッチ、禁煙グッズ等） ・健康づくり活動に係る学習教材 等 </td> </tr> </tbody> </table>	健康チャレンジで助成を行う事項	<ul style="list-style-type: none"> ・健康器具の購入、レンタル ・健康講話、健康指導等講師の派遣費用 ・各種健康教室の参加費 ・スポーツジム等健康関連施設の利用料 ・取り組み実施前後の検査費用 ・禁煙活動推進の為の費用（禁煙外来費、禁煙パッチ、禁煙グッズ等） ・健康づくり活動に係る学習教材 等
健康チャレンジで助成を行う事項			
<ul style="list-style-type: none"> ・健康器具の購入、レンタル ・健康講話、健康指導等講師の派遣費用 ・各種健康教室の参加費 ・スポーツジム等健康関連施設の利用料 ・取り組み実施前後の検査費用 ・禁煙活動推進の為の費用（禁煙外来費、禁煙パッチ、禁煙グッズ等） ・健康づくり活動に係る学習教材 等 			
<p>Q 6. スポーツジム等が那覇市外にある場合、市外の利用も良いのでしょうか。</p>	<p>A 6. 那覇市外の施設利用は可能です。 （事業所によっては那覇市外が近い、市外の施設サービス等を受けたい等が考えられますので、特に那覇市内の施設等の限定はありません）</p>		
<p>Q 7. ボーリングも助成対象になりますか。</p>	<p>A 7. ボーリングについては、健康づくり活動として助成内容の対象外とします。</p>		
<p>Q 8. 申請する助成金の端数の取扱いはどうなりますか。</p>	<p>A 8. 助成金は、概ね 10 万円（消費税込み）を想定して下さい。助成金が 10 万円に達しないものへの対応はし兼ねますのでご注意下さい。また、不足額について（例えば、費用が 12 万円を要した場合の 2 万円）は、参加事業所での負担となりますので、ご注意下さい。 ※参加者が 10 名以下の事業所の場合には、審査選考委員会にて 10 万円未満の助成額の決定となる場合もあります。</p>		
<p>Q 9. 助成金の支払いはどのような方法で行われますか。</p>	<p>A 9. 助成金は、事業実施前に助成額の半額を前払いし、終了後に残りの額を支払います。事業終了時には決算書（様式 5 領収書添付が必須）を提出して頂きます。途中で何らかの理由により取組を中断した場合、それまでに要した費用の支払いには応じかねますので、ご注意下さい。</p>		
<p>Q10. 全体スケジュールにある「健康チャレンジ報告書」とはどのようなものをつくるのですか。</p>	<p>A10. 様式 2-2（活動スケジュール表）に沿って、実施したチャレンジ内容について、具体的に整理して頂き、それを報告書としてまとめて頂きます（様式 4）。</p>		

<p>Q11. 職場で取り組む健康づくりの活動内容によっては、目標指標として数値化できないものがあります。例えば、メンタル面における目標指標（数値化）等。</p>	<p>A11. 体重やBMI等の目標指標（数値化）にしやすいものもありますが、一方で、数値化が難しいものもあります。目標指標（数値化）が難しいもの、例えば、メンタル（心の健康づくり）及び睡眠時間等を課題としてあげた場合、参加者（実践者）の気持ちや入眠時間が早くなった等の感覚的な数値の捉え方でも良いので、課題に対して、何らかの改善が期待できることを提案して頂くこととなります。</p>
<p>Q12. 頑張る職場の健康チャレンジ 提案書（様式2-1、2-2）には具体的にどのような事を記載すればよいのですか。</p>	<p>A12. 提案書（様式2-1、2-2）については、別途記載例を作成していますので、記載例を参考にしてください。</p>
<p>Q13. 審査について、具体的な審査の流れはどうなりますか。</p>	<p>A13. 提出された提案書等を、選考委員会にて書類審査を行います。提出期限内に提出していただいた提案書について、不備等があった場合には、選考日まで再提出を求める場合があります。 また、補助決定事業所については、那覇市ホームページで公表します。</p>
<p>Q14. 審査の内容で、“本取組み終了後も継続的に取組めること”とありますが、今年取組み終了後も、事業所が健康づくりに関する費用を負担して取り組まなければならないということでしょうか。</p>	<p>A14. 健康づくりは日常の生活の中における習慣化が必要であり、短期間の取組みによって生活習慣を変えることは難しい状況です。今回の助成を受けた期間だけにおいて職場の健康づくりに取り組むのではなく、来年以降も、継続的に日常生活の中で（運動等の）習慣化ができるような取組みの提案をお願いします。</p>
<p>Q15. 提案書の説明について、説明時間、説明方法等はどのように考えていますか。</p>	<p>A15. 『提案書を窓口を持参し提出される場合』 提出時に書類の不備がないか等の確認にあわせ、担当にて提案書の内容について確認させていただきます。後日、確認のため電話確認をさせていただく場合もあります。 『郵送での提出の場合』 後日、電話にて確認をいたします。</p>
<p>Q16. 指定様式以外に、パワーポイント等の任意で別途資料を作成し、提出することは可能でしょうか。</p>	<p>A16. パワーポイント等で別途として追加資料をつくり、添付することは可能です。 ただし、指定様式以外の添付資料はA4版（片面）5ページ以内を目安にしてください。</p>