

---

# 小規模事業場が押さえておくべき 健康診断の活用のポイント

---

かんさい産保サービス合同会社  
代表・産業医 内山 鉄朗

# Contents

- 運用チェックリスト
- 押さえておくべき法的事項は？
- 対象者を正しく把握していますか？
- 受けるべき検査は？費用は？誰が負担？
- 就業区分判定と保健指導とは？
- コツ1) 健診計画の立て方
- コツ2) 病院選びの注意点
- コツ3) おすすめの追加検査

# 定期健康診断の運用チェックリスト

- ☑ 毎年健診を実施している
- ☑ 対象者は全員受診している
- ☑ パート等も労働時間に応じて健診の対象としている
- ☑ 結果は本人に通知されている
- ☑ 結果の控えは5年間保存されている
- ☑ 費用は会社が負担している
- ☑ 検査項目にヌケモレはない
- ☑ 追加検査が過剰ではない
- ☑ 保健指導が実施されている
- ☑ 就業区分判定がされている

すべてにチェックを入れることができる状態でなければなりません。

## Q.労働者は毎年、健康診断を受けていますか？

法律で定められた**基本ルール**をしっかり押さえておきましょう！

- 会社には、健康診断を実施する義務があり  
労働者には、会社の健康診断を受ける義務があります。
- 健康診断は1年以内ごとに1回行うものです。
- 健康診断の結果は、労働者に通知する義務があります。
- 会社は、健診結果の控えを5年間保存する義務があります。

(安衛法66条)

# Q.健診の対象者となる労働者を把握していますか？

- 労働時間によって対象かどうかが決まります。

	正社員	パート・バイト・契約社員 (無期契約 or 期間1年以上の有期契約 or 契約更新で1年以上の場合)		
1週間の 所定労働 時間	40時間	30時間以上 (正社員の 3/4以上)	20時間以上 30時間未満 (正社員の1/2以上 3/4未満)	20時間未満 (正社員の 1/2未満)
定期健康 診断	実施の 義務あり	実施の 義務あり	実施が望ましい	義務なし

\* 1年未満の有期契約の場合、定期健康診断の実施義務はない

# Q.どの検査を受けさせるのが良いでしょうか？

- 年齢によって受けるべき項目に違いがあります。
- 費用の平均は5000～8000円/人程度。
- 安衛法上の実施義務が会社にあることから、費用も会社が負担すべきものとされています(法定外項目の追加検査は別)。

項目		～39歳	40歳以上
問診	既往歴・業務歴	必須	必須
	自覚症状	必須	必須
診察	他覚症状	必須	必須
身体計測等	体重・視力・聴力	必須	必須
	血圧	必須	必須
	身長	20歳以上は省略可	
	腹囲	35歳は必要	必須
血液検査	貧血	35歳は必要	必須
	肝機能	35歳は必要	必須
	脂質	35歳は必要	必須
	血糖	35歳は必要	必須
その他	心電図検査	35歳は必要	必須
	胸部レントゲン	20・25・30・35歳は必要	必須
	尿検査	必須	必須



# 運用のコツ1：いつ受けさせるのが良いか？

- 閑散期を健診受診月として全員に受けてもらうのが最良です。
  - ①本人の都合に任せるケース
  - ②誕生月に受けさせるケース
  - ③**決まった期間に集中的に受けさせる**ケース がありますが  
全員受診完了したかどうか等の管理が容易になる点から  
③がおすすめです。
- 1～4月・8月は健診機関の閑散期になることが多く、待ち時間が少ない、ゆったり健診が受けられるといったメリットがあります。

## 運用のコツ2：病院の選び方は？

- 会社が50人を超える規模に成長する可能性がある場合は、バラバラではなく1つの病院で診てもらうことを強く推奨します。健診結果の報告書作成の義務に対応するためです。
- 50人未満の場合は、報告書作成の義務はないため、各自の希望する病院でも良いでしょう。
- 病院の質だけでなく、受診のしやすさ（会社からの距離、混雑状況）、会社保管用の結果や報告書作成のための結果一覧表も発行してもらえるかどうかで病院を選びましょう。

## 運用のコツ3：おすすめの追加検査は？

- HbA1c（血糖検査）、Cre（腎機能検査）は、生活習慣病の重症度、就労継続の可否の判断材料として重要な検査です。積極的に追加することをおすすめします。
- 各種がん検診や脳・心臓検診については年齢や喫煙の有無等で推奨度が様々に変化します。過剰検査・コスト増大にならぬよう、産業医としっかり相談することを推奨します。

# 助成金を活用した健康管理をご提案します

現在、労働者健康安全機構からの助成金が強化されています。  
新規に産業医・保健師と契約を結ぶ事業所が対象です。

弊社の産業医・保健師による健康管理サービスは、半年あたり36万円です。  
助成金は、半年あたり30万円が支給されるため

**実質 月額 1万円相当**でサービスをご利用いただけます。  
ただし、助成金の支給は初年度 1年間のみに限定されています。  
助成金の申請には限りがありますのでお早めにお申込み下さい。  
詳細の確認やお申込みは下記までお願いします。

E-mail : [t.uchiyama@kssg.jp](mailto:t.uchiyama@kssg.jp)

タイトルを「助成金活用プランの件」としてご連絡ください

50人未満

×

産業医

×

助成金活用

会社が  
羽ばたく  
健康の力