基発 1019 第 52 号
令和8年 10 月 19 日

別記の関係団体の長　殿

厚生労働省労働基準局長
（　公　印　省　略　）

「事業場における労働者の健康保持増進のための指針の一部を改正する件」の周知等について

労働基準行政の運営につきましては、日頃より格別の御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

事業場における労働者の健康保持増進のための指針（昭和 63 年健康保持増進のための指針公示第1号。以下「指針」という。）について、別添1のとおり改正を行い、令和8年 10 月 19 日から適用することとしました。

改正の趣旨及び内容は下記のとおりですので、別添2の改正後の指針に基づき、労働者の健康管理が適正に行われるよう、傘下の団体、会員事業場等の関係者に対する周知方御協力をお願いいたします。

記

第1 改正の趣旨

労働者の健康の保持増進に当たっては、生活習慣改善等による疾病の発症予防（以下「一次予防」という。）に加え、健康診断等による疾病の早期発見や早期治療（以下「二次予防」という。）を行うことで、疾病の発症や重症化、疾病による死亡を予防することができる。また、疾病を抱える労働者が治療を受けながら就業を継続できる環境整備も重要である。

本改正は、従来の生活習慣病予防等を中心とした一次予防に加え、がん、女性特有の健康課題（月経不順、月経困難症、過多月経、月経前症候群、更年期障害等）、歯科疾患、骨粗しょう症及び眼科疾患（以下「がん等」という。）といった健康課題に対する検診及び精密検査等の受診勧奨といった二次予防を健康保持増進措置として指針上に明確に位置づけるとともに、医療保険者等との連携、治療と就業の両立支援等の取組を明記することにより、労働者の健康保持増進対策の一層の推進を図るものである。

第2 細部事項

1 一次予防について（指針の1関係）

指針の1に示す「一次予防」には、禁煙、食生活や運動といった生活習慣の改善のみならず、がん予防の観点から感染症対策（感染予防やワクチンの接種等）を含むものであること。がん予防に当たっては、国立研究開発法人国立がん研究センターの「科学的根拠に基づくがん予防法」（https://ganjoho.jp/public/pre_scr/cause_prevention/evidence_based.html）を参考とすることができること。

2 自身の保健医療情報（PHR）の活用に当たっての留意事項（指針の1関係）

指針の1の「生涯にわたる自身の保健医療情報（PHR：Personal Health Record）」とは、健診（検診）情報、予防接種歴、薬剤情報、検査結果等診療関連情報及び個人が自ら日々測定するバイタル（血圧や体重等）を指す。これらの情報について、電子記録として労働者本人等が正確に把握し、労働者自身の健康保持増進に活用することが期待されるため、事業者から労働者にPHR の利用について情報提供及び啓発を行うことも含むものであること。情報提供等に当たっては、「PHR サービス提供者による健診等情報の取扱に関する基本的指針」（総務省、厚生労働省、経済産業省令和3年 4 月公表・令和7年4月一部改定）に基づき「情報セキュリティ対策」等適切な対応がなされている PHR サービスを推奨すること。なお、PHR の利用はあくまで労働者本人の自主的な取組を前提とするものであることに留意すること。

3 健康保持増進対策を推進するに当たっての留意事項（指針の2関係）

（1）がん等に係る検査について

指針の2の「がん等に係る検査」は、指針の4（2）ハ（イ）に示す疾患に係る検査を想定していること。特に、がん検診については、科学的根拠に基づくものであることとし、具体的には国が推奨する5つのがん（胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん）とすること。

（2）コラボヘルスの推進に当たっての留意事項

指針の2に示す「コラボヘルスの推進」に当たっては、「データヘルス・健康経営を推進するためのコラボヘルスガイドライン」（平成 29 年7月）を参考とすることができること。

（3）産業医との連携に当たっての留意事項

指針の2④の「二次予防の取組」に当たっては、産業医を選任している事業場においては、職場環境や職務内容等を把握している産業医に健康保持増進対策の企画立案の段階から参画させ、意見を聞くことが望ましいこと。なお、産業医を選任していない小規模事業場においては、指針の4（1）ロに示す事業場外資源を活用することが考えられること。

（4）治療を受けることになった労働者への支援に当たっての留意事項

指針の2にある「治療と就業の両立支援」については、労働施策の総合的な推進並びに労働者の雇用の安定及び職業生活の充実等に関する法律（昭和 41 年法律第 132 号）第 27 条の3に

おいて、事業主は、疾病、負傷その他の理由により治療を受ける労働者について、就業によって疾病又は負傷の症状が増悪すること等を防止し、その治療と就業との両立を支援するため、当該労働者からの相談に応じ、適切に対応するために必要な体制の整備その他の必要な措置を講ずるよう努めなければならないこと。また、支援の実施に当たっては、治療と就業の両立支援指針（令和8年厚生労働省告示第 28 号）を参照すること。

4　健康保持増進措置の実施に当たっての留意事項（指針の４関係）

（1）地域との連携強化に当たっての留意事項

指針の4（1）ロに示す「職域保健と地域保健の連携」とは、事業者は、地域・職域連携推進協議会で議論された地域に根ざした健康づくりに関する情報を活用して労働者に必要な情報を提供することが望ましいこと。

（2）健康保持増進措置における健康教育に当たっての留意事項

指針の4（2）イに示す「がん検診等の科学的根拠及び意義の理解」とは、がん検診等の有効性が科学的知見により確認されていること、対象年齢及び受診間隔を遵守して受診すること、検査に伴う偽陽性、偽陰性、過剰診断等の不利益について理解すること、これらを理解した上で受診すること等について理解を促す内容を含むものであること。

また、指針の4（2）イに示す「がん検診等の検査結果に応じた精密検査等の受検や専門医への受診の必要性」については、がん検診等の結果を踏まえ、精密検査が必要とされた場合には速やかに受診することの重要性について周知するものであり、ナッジ理論や行動科学を活用した公的機関が作成したリーフレット等を用いて具体的な行動変容を促すものが望ましいこと。

さらに、指針の4（2）イに示す「利用可能な自治体や医療保険者のがん検診等や保健事業」については、労働者が利用可能ながん検診等の受診方法等を具体的に教示するものであり、自治体や医療保険者の作成したリーフレットの配布等も含まれること。

（3）健康指導の実施における個人情報の取扱いに当たっての留意事項

指針の4（2）ロ（ロ）の「労働者本人の同意を得て検査結果を把握した場合」において、健診結果等の個人情報の取扱いについては、指針の5（5）に留意すること。

（4）二次予防に関する取組に当たっての留意事項

指針の4（2）ハ（イ）に示す「女性特有の健康課題、歯科疾患、骨粗しょう症、眼科疾患等に係る検査等」の「検査等」には、問診による健康課題の把握や簡易な口腔スクリーニングも含むものであること。また、女性特有の健康課題に係る問診及びその結果に基づく専門医への受診勧奨については、厚生労働省ホームページに公開されている「女性特有の健康課題に関する問診に係る健診機関実施マニュアル」及び「女性特有の健康課題に関する問診を活用した女性の健康管理支援実施マニュアル」を参照すること。

指針の4（2）ハ（ロ）に示す「医療保険者と連携して実施する健康診断の機会を活用した検診等の受診機会の提供」とは、医療保険者が高齢者の医療の確保に関する法律（昭和 57 年法律第 80 号）その他関係法令に基づき実施する保健事業において実施されるがん検診等を利用す

ることを含み、労働者にこれら保健事業を案内し、受診に向けた休暇の付与等の配慮を行うことを含むものであること。また、指針の4(2)ハ(ロ)に示す「労働者の居住する市町村において実施されている健康増進法(平成 14 年法律第 103 号)に基づく検診の受診勧奨及び受診のための休暇の付与等」の「休暇の付与等」とは、検診の受診を目的とした会社の定めによる特別休暇の付与だけでなく、がん検診等を受診したいと考える労働者が容易に有給休暇を取得できるよう配慮を行うことも含むものであること。

指針の4(2)ハ(ハ)に示す「健康診断実施者に対する精密検査の受診勧奨の業務委託」について、精密検査等の受診勧奨が着実に行われるよう、受診勧奨の対象となる有所見者の選定基準、受診勧奨の実施方法及び実施時期、受診勧奨実施後の受診状況の確認方法、事業者への報告事項並びに個人情報の適正な取扱い等について、健康診断実施機関との適切な業務委託の内容について検討することが望ましいこと。

5　二次予防の実施に当たっての留意事項(指針の5関係)

指針の5(2)の「がん検診等の実施又は受診機会の提供」に当たっては、健康増進法第9条第1項に基づく健康増進事業実施者に対する健康診査の実施等に関する指針(平成 16 年厚生労働省告示第 242 号)の第2の2の5に定められているように、健康診断を委託する場合は、健康診断実施機関に対して、精度管理を実施するよう要請する等健康診断の実施について適切な管理を行うこと。また、これらの精度管理を適切に行っている健康診断実施機関を選定することが望ましいこと。

（別記）

（独）労働者健康安全機構理事長
（公社）日本医師会
（公社）日本歯科医師会会長
（公社）日本作業環境測定協会会長
（公社）全国労働衛生団体連合会会長
（公財）産業医学振興財団理事長
（学）産業医科大学理事長
（社）日本ボイラ協会会長
（社）日本クレーン協会会長
（社）日本化学物質安全・情報センター会長
（公社）ボイラ・クレーン安全協会会長
（公財）日本小型貫流ボイラー協会代表理事
（社）仮設工業会会長
（公社）産業安全技術協会会長
（社）日本ボイラ整備据付協会会長
（公財）安全衛生技術試験協会理事長
（公社）建設荷役車両安全技術協会会長
（社）全国登録教習機関協会会長
（公社）全国労働基準関係団体連合会会長
（社）日本労働安全衛生コンサルタント会会長
（社）合板仮設材安全技術協会会長
（社）全国建設業労災互助会会長
（社）日本港湾福利厚生協会会長
（公社）日本産業衛生学会理事長
（公社）日本保安用品協会代表理事・会長
（公財）建設業福祉共済団理事長
（社）全国労働保険事務組合連合会会長
全国社会保険労務士会連合会会長
（公財）健康・体力づくり事業財団理事長
（財）全日本交通安全協会会長
（公財）日本消防協会会長
（独）日本スポーツ振興センター理事長
（公財）あしたの日本を創る協会会長
（財）地方公務員安全衛生推進協会理事長
（社）日本産業カウンセラー協会会長

(公財)21 世紀職業財団会長
(財)港湾労働安定協会会長
(社)日本人材派遣協会会長
(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構理事長
中央職業能力開発協会会長
(社)日本病院会会長
(社)日本医療法人協会会長
(公社)全日本病院協会会長
(公社)日本精神科病院協会会長
(社)日本経済団体連合会会長
日本商工会議所会頭
全国中小企業団体中央会会長
(社)全国銀行協会会長
(社)全国地方銀行協会会長
(社)信託協会会長
(社)生命保険協会会長
日本証券業協会会長
(社)日本損害保険協会会長
(社)日本在外企業協会会長
石油連盟会長
石油化学工業協会会長
日本麻紡績協会会長
(社)日本ゴム工業会会長
(社)日本化学工業協会会長
日本ソーダ工業会会長
日本化学繊維協会会長
(社)日本ガス協会会長
日本鉱業協会会長
(財)石炭フロンティア機構会長
電気事業連合会会長
電線工業経営者連盟理事長
(社)情報通信エンジニアリング協会会長
(社)日本機械工業連合会会長
(社)日本産業機械工業会会長
(社)日本自動車工業会会長
(社)日本ベアリング工業会会長

(社)日本伸銅協会会長
日本紡績協会会長
日本羊毛産業協会会長
(社)JATI協会会長
せんい強化セメント板協会会長
(社)日本船主協会会長
(社)日本造船工業会会長
電機・電子・情報通信産業経営者連盟理事長
(社)日本民営鉄道協会会長
(社)日本民間放送連盟会長
日本肥料アンモニア協会会長
全国農業協同組合連合会会長
(社)大日本水産会会長
日本醤油協会会長
ビール酒造組合会長代表理事
日本火薬工業会会長
(社)日本橋梁・鋼構造物塗装技術協会会長
(社)日本中小型造船工業会会長
(公社)全国火薬類保安協会会長
(公社)日本洗浄技能開発協会理事長
(社)日本鉄道車輌工業会会長
日本製紙連合会会長
全国段ボール工業組合連合会理事長
全日本紙製品工業組合理事長
全日本紙器段ボール箱工業組合連合会会長
(社)全国建築コンクリートブロック工業会会長
全国生コンクリート工業組合連合会会長
(社)日本金属プレス工業協会会長
(社)日本鍛造協会会長
(社)日本鉄鋼連盟会長
(社)セメント協会会長
(社)日本砕石協会会長
(社)日本砂利協会会長
(社)日本建設業連合会会長
(社)全国建設業協会会長
(社)全国中小建設業協会会長

(社)全国基礎工事業団体連合会会長
(社)日本道路建設業協会会長
(財)建設業振興基金理事長
(社)日本埋立浚渫協会会長
(社)日本電設工業協会会長
(社)日本空調衛生工事業協会会長
全国管工事業協同組合連合会会長
(社)日本塗装工業会会長
(社)日本左官業組合連合会会長
(社)日本鳶工業連合会会長
(社)全国建設専門工事業団体連合会会長
(社)プレハブ建築協会会長
(社)プレストレスト・コンクリート建設業協会会長
全国建設業協同組合連合会会長
(社)日本橋梁建設協会会長
(社)全国クレーン建設業協会会長
(社)日本造園建設業協会会長
(社)日本型枠工事業協会会長
(社)日本建設業経営協会会長
(社)日本建設躯体工事業団体連合会会長
(社)日本造園組合連合会理事長
(公社)全日本トラック協会会長
(社)日本港運協会会長
(社)全国ハイヤー・タクシー連合会会長
協同組合全国地区通運協会会長
全国森林組合連合会代表理事会長
全国素材生産業協同組合連合会会長
(社)全国木材組合連合会会長
(社)日本新聞協会会長
日本百貨店協会会長
日本チェーンストア協会会長
日本生活協同組合連合会代表理事会長
(公社)全国ビルメンテナンス協会会長
(公社)全国都市清掃会議会長
(社)全国警備業協会会長
(社)日本ゴルフ場経営者協会理事長

（社）日本鋳造協会会長
（社）日本アスベスト調査診断協会理事長
（社）日本繊維状物質研究協会理事長
（社）日本印刷産業連合会会長
印刷インキ工業連合会会長
（社）日本電機工業会会長
（社）日本自動車部品工業会会長
（社）日本印刷産業機械工業会会長
（社）日本自動車機械器具工業会理事長
（社）日本電子回路工業会会長
（社）電子情報技術産業協会会長
（社）情報通信ネットワーク産業協会会長
（社）ビジネス機械・情報システム産業協会会長
（社）日本アルミニウム協会会長
（社）軽金属製品協会会長
全国鍍金工業組合連合会会長
（社）日本溶融亜鉛鍍金協会理事長
（社）日本電線工業会会長
（社）新金属協会会長
（社）日本アルミニウム合金協会会長
化成品工業協会会長
関西化学工業協会会長
（社）全国石油協会会長
（公社）有機合成化学協会会長
（公社）全国産業資源循環連合会会長
全国クリーニング生活衛生同業組合連合会会長
（社）日本皮革産業連合会会長
日本溶剤リサイクル工業会会長
日本産業洗浄協議会会長
（社）日本化学品輸出入協会会長
（社）日本毛皮協会会長
全日本爬虫類皮革産業協同組合理事長
クロロカーボン衛生協会会長
（社）日本染色協会会長
日本繊維染色連合会会長
（公社）日本看護協会会長

（福）全国社会福祉協議会会長
（社）日本フードサービス協会会長
（社）日本スーパーマーケット協会会長
（社）全国スーパーマーケット協会会長
オール日本スーパーマーケット協会会長
（社）日本 DIY・ホームセンター協会会長
日本小売業協会会長
（社）日本フランチャイズチェーン協会会長
（社）日本ショッピングセンター協会会長
中央労働災害防止協会会長
建設業労働災害防止協会会長
陸上貨物運送事業労働災害防止協会会長
林業・木材製造業労働災害防止協会会長
港湾貨物運送事業労働災害防止協会会長

別添１

事業場における労働者の健康保持増進のための指針　新旧対照表

（傍線部分は改正部分）

新	旧
事業場における労働者の健康保持増進のための指針 昭和 63 年９月１日 健康保持増進のための指針公示第１号 改正 平成９年２月３日 健康保持増進のための指針公示第２号 改正 平成 19 年 11 月 30 日 健康保持増進のための指針公示第４号 改正 平成 27 年 11 月 30 日 健康保持増進のための指針公示第５号 改正 令和２年３月 31 日 健康保持増進のための指針公示第７号 改正 令和３年２月８日 健康保持増進のための指針公示第８号 改正 令和３年 12 月 28 日 健康保持増進のための指針公示第９号 改正 令和４年３月 31 日 健康保持増進のための指針公示第 10 号 改正 令和５年３月 31 日 健康保持増進のための指針公示第 11 号 改正　令和８年２月 10 日 健康保持増進のための指針公示第 12 号 改正　令和８年 10 月 19 日 健康保持増進のための指針公示第 13 号	事業場における労働者の健康保持増進のための指針 昭和 63 年９月１日 健康保持増進のための指針公示第１号 改正 平成９年２月３日 健康保持増進のための指針公示第２号 改正 平成 19 年 11 月 30 日 健康保持増進のための指針公示第４号 改正 平成 27 年 11 月 30 日 健康保持増進のための指針公示第５号 改正 令和２年３月 31 日 健康保持増進のための指針公示第７号 改正 令和３年２月８日 健康保持増進のための指針公示第８号 改正 令和３年 12 月 28 日 健康保持増進のための指針公示第９号 改正 令和４年３月 31 日 健康保持増進のための指針公示第 10 号 改正 令和５年３月 31 日 健康保持増進のための指針公示第 11 号 改正　令和８年２月 10 日 健康保持増進のための指針公示第 12 号
１ 趣旨 近年の高年齢労働者の増加、急速な技術革新の進展等の社会経済情勢の変化、労働者の就業意識や働き方の変化、業務の質的変化等に伴い、定期健康診断の有所見率が増加傾向にあるとともに、心疾患及び脳血管疾患の誘因となるメタボリックシンドロームが強く疑われる者とその予備群は、男性の約２人に１人、女性の約５人に１人の割合に達している。また、がんは、我が	１ 趣旨 近年の高年齢労働者の増加、急速な技術革新の進展等の社会経済情勢の変化、労働者の就業意識や働き方の変化、業務の質的変化等に伴い、定期健康診断の有所見率が増加傾向にあるとともに、心疾患及び脳血管疾患の誘因となるメタボリックシンドロームが強く疑われる者とその予備群は、男性の約２人に１人、女性の約５人に１人の割合に達している。また、仕事に関して

国において死因の第１位であり、年間約４人に１人ががんで亡くなっているほか、生涯のうちに約２人に１人が罹患すると推計されている。さらに、仕事に関して強い不安やストレスを感じている労働者の割合が高い水準で推移している。	強い不安やストレスを感じている労働者の割合が高い水準で推移している。
このような労働者の心身の健康問題に対処するためには、早い段階から心身の両面について健康教育等の予防対策に取り組むことが重要であることから、事業場において、就業形態にかかわらず全ての労働者を対象として心身両面の総合的な健康の保持増進を図ることが必要である。	このような労働者の心身の健康問題に対処するためには、早い段階から心身の両面について健康教育等の予防対策に取り組むことが重要であることから、事業場において、全ての労働者を対象として心身両面の総合的な健康の保持増進を図ることが必要である。
また、健康の保持増進は、生活習慣改善等による疾病の発症予防（以下「一次予防」という。）を主として取り組むが、健康診断等による疾病の早期発見や早期治療（以下「二次予防」という。）を行うことで、さらに、疾病の発症や重症化、疾病による死亡を予防することができる。二次予防については、各事業場の実情に応じて、医療保険者等と連携を図りつつ、創意工夫して進めていくことが適当である。	
加えて、事業者が、労働者の健康の保持増進を図るために、健康経営といった労働者の健康保持増進の取組が将来的に収益性を高める投資であることを理解し、健康管理を経営的視点から考えた上で、戦略的に当該取組を実践することは、労働生産性向上の観点からも重要である。	なお、労働者の健康の保持増進を図ることは、労働生産性向上の観点からも重要である。
さらに、事業場において健康教育等の労働者の健康の保持増進のための措置が適切かつ有効に実施されるためには、その具体的な実施方法が、事業場において確立していることが必要である。	また、事業場において健康教育等の労働者の健康の保持増進のための措置が適切かつ有効に実施されるためには、その具体的な実施方法が、事業場において確立していることが必要である。
本指針は、労働安全衛生法（昭和 47 年法律第 57 号）第 70 条の２第１項の規定に基づき、同法第 69 条第１項の事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置（以下「健康保持増進措置」	本指針は、労働安全衛生法（昭和 47 年法律第 57 号）第 70 条の２第１項の規定に基づき、同法第 69 条第１項の事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置（以下「健康保持増進措置」

という。）が適切かつ有効に実施されるため、当該措置の原則的な実施方法について定めたものである。事業者は、健康保持増進措置の実施に当たっては、本指針に基づき、事業場内の産業保健スタッフ等に加えて、積極的に労働衛生機関、中央労働災害防止協会、スポーツクラブ、医療保険者、地域の医師会や歯科医師会、地方公共団体又は産業保健総合支援センター等の事業場外資源を活用することで、効果的な取組を行うものとする。また、労働者が、自身の健康保持増進につなげていく観点から、事業者は、労働者に対して、デジタルツール等を活用し、生涯にわたる自身の保健医療情報（PHR：Personal Health Record）の把握に努めるよう促すことも考えられる。なお、全ての措置の実施が困難な場合には、可能なものから実施する等、各事業場の実態に即した形で取り組むことが望ましい。	という。）が適切かつ有効に実施されるため、当該措置の原則的な実施方法について定めたものである。事業者は、健康保持増進措置の実施に当たっては、本指針に基づき、事業場内の産業保健スタッフ等に加えて、積極的に労働衛生機関、中央労働災害防止協会、スポーツクラブ、医療保険者、地域の医師会や歯科医師会、地方公共団体又は産業保健総合支援センター等の事業場外資源を活用することで、効果的な取組を行うものとする。また、全ての措置の実施が困難な場合には、可能なものから実施する等、各事業場の実態に即した形で取り組むことが望ましい。
２ 健康保持増進対策の基本的考え方 これまで生活習慣病予備群に対する生活習慣への介入効果についての科学的根拠が国際的に蓄積され、生活習慣病予備群に対する効果的な介入プログラムが開発されてきた。さらに、メタボリックシンドロームの診断基準が示され、内臓脂肪の蓄積に着目した保健指導の重要性が明らかになっている。また、健康管理やメンタルヘルスケア等心身両面にわたる健康指導技術の開発も進み、多くの労働者を対象とした健康の保持増進活動が行えるようになってきた。さらに、がん、女性特有の健康課題（月経不順、月経困難症、過多月経、月経前症候群、更年期障害等）、歯科疾患、骨粗しょう症及び眼科疾患（以下「がん等」という。）といった健康課題についても、疾病の予防に向けた健康教育等の取組が労働者の健康保持増進のために重要である。加えて、労働者の健康保持増進をより効果的に進めるため、一次予防のみならず、二次予防も労働者の健康保持増進対策の一環として取り組むことが望まし	２ 健康保持増進対策の基本的考え方 近年、生活習慣病予備群に対する生活習慣への介入効果についての科学的根拠が国際的に蓄積され、生活習慣病予備群に対する効果的な介入プログラムが開発されてきた。さらに、メタボリックシンドロームの診断基準が示され、内臓脂肪の蓄積に着目した保健指導の重要性が明らかになっている。また、健康管理やメンタルヘルスケア等心身両面にわたる健康指導技術の開発も進み、多くの労働者を対象とした健康の保持増進活動が行えるようになってきた。

い。 　また、労働者の健康の保持増進には、労働者が自主的、自発的に取り組むことが重要であり、労働者自らが健康状態の早期把握に努めることが必要である。しかし、労働者の働く職場には労働者自身の力だけでは取り除くことができない疾病増悪要因、ストレス要因等が存在しているため、労働者の健康を保持増進していくためには、労働者の自助努力に加えて、事業者の行う健康管理の積極的推進、がん等に係る検査（以下「がん検診等」という。）の受診勧奨及びその結果に応じた適切な医療につなげるための精密検査の受診勧奨が必要である。さらに、治療を受けながら働き続けられるためには、治療と就業の両立支援の実施が必要であり、これらを進めるための環境整備が重要である。 　さらに、健康管理の推進に当たっては、単に健康障害を防止するという観点のみならず、更に一歩進んで、職業生活の全期間を通じて継続的かつ計画的に心身両面にわたる積極的な健康保持増進を目指したものでなければならず、生活習慣病の発症や重症化の予防のために保健事業を実施している医療保険者と連携したコラボヘルスの推進に積極的に取り組むほか、医療保険者等の実施するがん検診等の利用等、医療保険者と連携した取組が重要である。さらに、自治体や医療保険者の健康保持増進の取組等を利用することも有効であり、これら地域の関係者との連携も必要である。 　労働者の健康の保持増進のための具体的措置としては、運動指導、メンタルヘルスケア、栄養指導、口腔保健指導、保健指導、がん検診等の受診勧奨等があり、各事業場の実態に即して措置を実施していくことが必要である。 　さらに、事業者は、健康保持増進対策を推進するに当たって、次の事項に留意することが必要である。	また、労働者の健康の保持増進には、労働者が自主的、自発的に取り組むことが重要である。しかし、労働者の働く職場には労働者自身の力だけでは取り除くことができない疾病増悪要因、ストレス要因等が存在しているため、労働者の健康を保持増進していくためには、労働者の自助努力に加えて、事業者の行う健康管理の積極的推進が必要である。その健康管理も単に健康障害を防止するという観点のみならず、更に一歩進んで、労働生活の全期間を通じて継続的かつ計画的に心身両面にわたる積極的な健康保持増進を目指したものでなければならず、生活習慣病の発症や重症化の予防のために保健事業を実施している医療保険者と連携したコラボヘルスの推進に積極的に取り組んでいく必要がある。 　労働者の健康の保持増進のための具体的措置としては、運動指導、メンタルヘルスケア、栄養指導、口腔保健指導、保健指導等があり、各事業場の実態に即して措置を実施していくことが必要である。 　さらに、事業者は、健康保持増進対策を推進するに当たって、次の事項に留意することが必要である。

①　健康保持増進対策における対象の考え方 健康保持増進措置は、主に生活習慣上の課題を有する労働者の健康状態の改善を目指すために個々の労働者に対して実施するものと、事業場全体の健康状態の改善や健康保持増進に係る取組の活性化等、生活習慣上の課題の有無に関わらず労働者を集団として捉えて実施するものがある。事業者はそれぞれの措置の特徴を理解したうえで、これらの措置を効果的に組み合わせることにより、一次予防及び二次予防に係る健康保持増進対策に取り組むことが望ましい。 ②　労働者の積極的な参加を促すための取組 労働者の中には健康保持増進に関心を持たない者も一定数存在すると考えられることから、これらの労働者にも抵抗なく健康保持増進に取り組んでもらえるようにすることが重要である。加えて、労働者の行動が無意識のうちに変化する環境づくりやスポーツ等の楽しみながら参加できる仕組みづくり等に取り組むことも重要である。また、これらを通じて事業者は、労働者が健康保持増進に取り組む文化や風土を醸成していくことが望ましい。 ③ 労働者の高齢化を見据えた取組 労働者が高齢期を迎えても健康に働き続けるためには、心身両面の総合的な健康が維持されていることが必要であり、若年期からの運動の習慣化や、高年齢労働者を対象とした身体機能の維持向上のための取組等を通じて、加齢とともに筋力や認知機能等の心身の活力が低下するフレイルやロコモティブシンドロームの予防に取り組むことが重要である。健康保持増進措置を検討するに当たっては、このような視点を盛り込むことが望ましい。	①　健康保持増進対策における対象の考え方 健康保持増進措置は、主に生活習慣上の課題を有する労働者の健康状態の改善を目指すために個々の労働者に対して実施するものと、事業場全体の健康状態の改善や健康保持増進に係る取組の活性化等、生活習慣上の課題の有無に関わらず労働者を集団として捉えて実施するものがある。事業者はそれぞれの措置の特徴を理解したうえで、これらの措置を効果的に組み合わせて健康保持増進対策に取り組むことが望ましい。 ②　労働者の積極的な参加を促すための取組 労働者の中には健康保持増進に関心を持たない者も一定数存在すると考えられることから、これらの労働者にも抵抗なく健康保持増進に取り組んでもらえるようにすることが重要である。加えて、労働者の行動が無意識のうちに変化する環境づくりやスポーツ等の楽しみながら参加できる仕組みづくり等に取り組むことも重要である。また、これらを通じて事業者は、労働者が健康保持増進に取り組む文化や風土を醸成していくことが望ましい。 ③ 労働者の高齢化を見据えた取組 労働者が高齢期を迎えても健康に働き続けるためには、心身両面の総合的な健康が維持されていることが必要であり、若年期からの運動の習慣化や、高年齢労働者を対象とした身体機能の維持向上のための取組等を通じて、加齢とともに筋力や認知機能等の心身の活力が低下するフレイルやロコモティブシンドロームの予防に取り組むことが重要である。健康保持増進措置を検討するに当たっては、このような視点を盛り込むことが望ましい。

また、加齢に伴う筋力や認知機能等の低下は転倒等の労働災害リスクにつながることから、健康状況の継続的な把握のもと、高年齢者の労働災害防止のための指針（令和８年２月 10 日高年齢者の労働災害防止のための指針公示第１号）に基づき対応することが重要である。 ④　二次予防の取組 二次予防を進めるためには、事業者が、正しい情報の提供等を含む健康教育等や職場における健康診断等の機会を活用したがん検診等の提供及びその結果に基づく医療機関への受診勧奨を実施することが必要である。これらの事業者の取組を通じて、自らの健康状態の早期把握が健康保持増進につながることについて労働者の理解促進を図り、労使の協力の下で、がん検診等の受診等につなげることが重要である。	また、加齢に伴う筋力や認知機能等の低下は転倒等の労働災害リスクにつながることから、健康状況の継続的な把握のもと、高年齢者の労働災害防止のための指針（令和８年２月 10 日高年齢者の労働災害防止のための指針公示第１号）に基づき対応することが重要である。
３ 健康保持増進対策の推進に当たっての基本事項 事業者は、健康保持増進対策を中長期的視点に立って、継続的かつ計画的に行うため、以下の項目に沿って積極的に進めていく必要がある。 また、健康保持増進対策の推進に当たっては、事業者が労働者等の意見を聴きつつ事業場の実態に即した取組を行うため、労使、産業医、衛生管理者等で構成される衛生委員会等を活用して以下の項目に取り組むとともに、各項目の内容について関係者に周知することが必要である。 なお、衛生委員会等の設置義務のない小規模事業場においても、これらの実施に当たっては、労働者等の意見が反映されるようにすることが必要である。 加えて、健康保持増進対策の推進単位については、事業場単位だけでなく、企業単位で取り組むことも考えられる。 （１）健康保持増進方針の表明	３ 健康保持増進対策の推進に当たっての基本事項 事業者は、健康保持増進対策を中長期的視点に立って、継続的かつ計画的に行うため、以下の項目に沿って積極的に進めていく必要がある。 また、健康保持増進対策の推進に当たっては、事業者が労働者等の意見を聴きつつ事業場の実態に即した取組を行うため、労使、産業医、衛生管理者等で構成される衛生委員会等を活用して以下の項目に取り組むとともに、各項目の内容について関係者に周知することが必要である。 なお、衛生委員会等の設置義務のない小規模事業場においても、これらの実施に当たっては、労働者等の意見が反映されるようにすることが必要である。 加えて、健康保持増進対策の推進単位については、事業場単位だけでなく、企業単位で取り組むことも考えられる。 （１）健康保持増進方針の表明

事業者は、健康保持増進方針を表明するものとする。健康保持増進方針は、事業場における労働者の健康の保持増進を図るための基本的な考え方を示すものであり、次の事項を含むものとする。 ・事業者自らが事業場における健康保持増進を積極的に支援すること。 ・労働者の健康の保持増進を図ること。 ・労働者の協力の下に、健康保持増進対策を実施すること。 ・健康保持増進措置を適切に実施すること。	事業者は、健康保持増進方針を表明するものとする。健康保持増進方針は、事業場における労働者の健康の保持増進を図るための基本的な考え方を示すものであり、次の事項を含むものとする。 ・事業者自らが事業場における健康保持増進を積極的に支援すること。 ・労働者の健康の保持増進を図ること。 ・労働者の協力の下に、健康保持増進対策を実施すること。 ・健康保持増進措置を適切に実施すること。
（２）推進体制の確立 事業者は、事業場内の健康保持増進対策を推進するため、その実施体制を確立するものとする（４（１）参照)。	（２）推進体制の確立 事業者は、事業場内の健康保持増進対策を推進するため、その実施体制を確立するものとする（４（１）参照)。
（３）課題の把握 事業者は、事業場における労働者の健康の保持増進に関する課題等を把握し、健康保持増進対策を推進するスタッフ等の専門的な知見も踏まえ、健康保持増進措置を検討するものとする。なお、課題の把握に当たっては、労働者の健康状態等が把握できる客観的な数値等を活用することが望ましい。	（３）課題の把握 事業者は、事業場における労働者の健康の保持増進に関する課題等を把握し、健康保持増進対策を推進するスタッフ等の専門的な知見も踏まえ、健康保持増進措置を検討するものとする。なお、課題の把握に当たっては、労働者の健康状態等が把握できる客観的な数値等を活用することが望ましい。
（４）健康保持増進目標の設定 事業者は、健康保持増進方針に基づき、把握した課題や過去の目標の達成状況を踏まえ、健康保持増進目標を設定し、当該目標において一定期間に達成すべき到達点を明らかにする。 また、健康保持増進対策は、中長期的視点に立って、継続的かつ計画的に行われるようにする必要があることから、目標においても中長期的な指標を設定し、その達成のために計画を進めていくことが望ましい。	（４）健康保持増進目標の設定 事業者は、健康保持増進方針に基づき、把握した課題や過去の目標の達成状況を踏まえ、健康保持増進目標を設定し、当該目標において一定期間に達成すべき到達点を明らかにする。 また、健康保持増進対策は、中長期的視点に立って、継続的かつ計画的に行われるようにする必要があることから、目標においても中長期的な指標を設定し、その達成のために計画を進めていくことが望ましい。
（５）健康保持増進措置の決定	（５）健康保持増進措置の決定

事業者は、表明した健康保持増進方針、把握した課題及び設定した健康保持増進目標を踏まえ、事業場の実情も踏まえつつ、健康保持増進措置を決定する。 （６）健康保持増進計画の作成 事業者は、健康保持増進目標を達成するため、健康保持増進計画を作成するものとする。健康保持増進計画は各事業場における労働安全衛生に関する計画の中に位置付けることが望ましい。 健康保持増進計画は具体的な実施事項、日程等について定めるものであり、次の事項を含むものとする。 ・健康保持増進措置の内容及び実施時期に関する事項 ・健康保持増進計画の期間に関する事項 ・健康保持増進計画の実施状況の評価及び計画の見直しに関する事項 （７）健康保持増進計画の実施 事業者は、健康保持増進計画を適切かつ継続的に実施するものとする。また、健康保持増進計画を適切かつ継続的に実施するために必要な留意すべき事項を定めるものとする。 （８）実施結果の評価 事業者は、事業場における健康保持増進対策を、継続的かつ計画的に推進していくため、当該対策の実施結果等を評価し、新たな目標や措置等に反映させることにより、今後の取組を見直すものとする。	事業者は、表明した健康保持増進方針、把握した課題及び設定した健康保持増進目標を踏まえ、事業場の実情も踏まえつつ、健康保持増進措置を決定する。 （６）健康保持増進計画の作成 事業者は、健康保持増進目標を達成するため、健康保持増進計画を作成するものとする。健康保持増進計画は各事業場における労働安全衛生に関する計画の中に位置付けることが望ましい。 健康保持増進計画は具体的な実施事項、日程等について定めるものであり、次の事項を含むものとする。 ・健康保持増進措置の内容及び実施時期に関する事項 ・健康保持増進計画の期間に関する事項 ・健康保持増進計画の実施状況の評価及び計画の見直しに関する事項 （７）健康保持増進計画の実施 事業者は、健康保持増進計画を適切かつ継続的に実施するものとする。また、健康保持増進計画を適切かつ継続的に実施するために必要な留意すべき事項を定めるものとする。 （８）実施結果の評価 事業者は、事業場における健康保持増進対策を、継続的かつ計画的に推進していくため、当該対策の実施結果等を評価し、新たな目標や措置等に反映させることにより、今後の取組を見直すものとする。
４　健康保持増進対策の推進に当たって事業場ごとに定める事項 以下の項目は、健康保持増進対策の推進に当たって、効果的な推進体制を確立するための方法及び健康保持増進措置についての考え方を示したものである。事業者は、各事業場の実態に即した適切な体制の確立及び実施内容	４　健康保持増進対策の推進に当たって事業場ごとに定める事項 以下の項目は、健康保持増進対策の推進に当たって、効果的な推進体制を確立するための方法及び健康保持増進措置についての考え方を示したものである。事業者は、各事業場の実態に即した適切な体制の確立及び実施内容

について、それぞれ以下の事項より選択し、実施するものとする。 （１）体制の確立 事業者は、次に掲げるスタッフや事業場外資源等を活用し、健康保持増進対策の実施体制を整備し、確立する。 イ　事業場内の推進スタッフ 事業場における健康保持増進対策の推進に当たっては、事業場の実情に応じて、事業者が、労働衛生等の知識を有している産業医等、衛生管理者等、事業場内の保健師等の事業場内産業保健スタッフ及び人事労務管理スタッフ等を活用し、各担当における役割を定めたうえで、事業場内における体制を構築する。 また、例えば労働者に対して運動プログラムを作成し、運動実践を行うに当たっての指導を行うことができる者、労働者に対してメンタルヘルスケアを行うことができる者等の専門スタッフを養成し、活用することも有効である。なお、健康保持増進措置を効果的に実施する上で、これらのスタッフは、専門分野における十分な知識・技能と労働衛生等についての知識を有していることが必要である。このため、事業者は、これらのスタッフに研修機会を与える等の能力の向上に努める。 ロ　事業場外資源 健康保持増進対策の推進体制を確立するため、事業場内のスタッフを活用することに加え、事業場が取り組む内容や求めるサービスに応じて、健康保持増進に関し専門的な知識を有する各種の事業場外資源を活用する。事業場外資源を活用する場合は、健康保持増進対策に関するサービスが適切に実施できる体制や、情報管理が適切に行われる	について、それぞれ以下の事項より選択し、実施するものとする。 （１）体制の確立 事業者は、次に掲げるスタッフや事業場外資源等を活用し、健康保持増進対策の実施体制を整備し、確立する。 イ　事業場内の推進スタッフ 事業場における健康保持増進対策の推進に当たっては、事業場の実情に応じて、事業者が、労働衛生等の知識を有している産業医等、衛生管理者等、事業場内の保健師等の事業場内産業保健スタッフ及び人事労務管理スタッフ等を活用し、各担当における役割を定めたうえで、事業場内における体制を構築する。 また、例えば労働者に対して運動プログラムを作成し、運動実践を行うに当たっての指導を行うことができる者、労働者に対してメンタルヘルスケアを行うことができる者等の専門スタッフを養成し、活用することも有効である。なお、健康保持増進措置を効果的に実施する上で、これらのスタッフは、専門分野における十分な知識・技能と労働衛生等についての知識を有していることが必要である。このため、事業者は、これらのスタッフに研修機会を与える等の能力の向上に努める。 ロ　事業場外資源 健康保持増進対策の推進体制を確立するため、事業場内のスタッフを活用することに加え、事業場が取り組む内容や求めるサービスに応じて、健康保持増進に関し専門的な知識を有する各種の事業場外資源を活用する。事業場外資源を活用する場合は、健康保持増進対策に関するサービスが適切に実施できる体制や、情報管理が適切に行われる

体制が整備されているか等について、事前に確認する。事業場外資源として考えられる機関等は以下のとおり。 ・労働衛生機関、中央労働災害防止協会、スポーツクラブ等の健康保持増進に関する支援を行う機関 ・医療保険者 ・地域の医師会や歯科医師会、地方公共団体等の地域資源 ・産業保健総合支援センター なお、職域保健と地域保健の連携を強化するため各地域に設置されている地域・職域連携推進協議会等において示された情報を参考に、自治体や医療保険者が取り組む各種支援策等を活用すること。 また、事業者は、コラボヘルスの一環として、医療保険者の実施する各種健康診断の実施状況や健康増進事業等に関する情報を入手して活用するとともに、企業と医療保険者が密接に連携しながら健康診断等に取り組むことに加え、医療保険者と連携した労働者の健康保持増進措置に取り組むことも重要である。 なお、小規模事業場で事業場内の推進スタッフの確保等が困難な場合には、上記の事業場外資源を積極的に活用するほか、社外の健康支援サービスを利用することも考えられる。	体制が整備されているか等について、事前に確認する。事業場外資源として考えられる機関等は以下のとおり。 ・労働衛生機関、中央労働災害防止協会、スポーツクラブ等の健康保持増進に関する支援を行う機関 ・医療保険者 ・地域の医師会や歯科医師会、地方公共団体等の地域資源 ・産業保健総合支援センター
（２）健康保持増進措置の内容 事業者は、次に掲げる健康保持増進措置の具体的項目を実施する。 イ　健康教育 労働者が健康保持増進のための正しい知識・意識を身につけ、必要な行動ができるよう、公的機関（政府機関、地方政府機関又はこれらに準ずる機関をいう。）の情報を活用することや産業医等の専門知識	（２）健康保持増進措置の内容 事業者は、次に掲げる健康保持増進措置の具体的項目を実施する。

を有する者から全ての労働者が教育を受けることが重要である。また、健康教育の実施に当たっては、労働者の健康増進対策の推進を担当する産業保健スタッフ等への教育も必要である。 教育の内容については、メタボリックシンドロームやがん等の発症予防のための生活習慣改善、メンタルヘルスケア等の一次予防のほか、二次予防に関しては、次の項目等について、実態に応じて教育を行うこと。 ・がん検診等の科学的根拠に関する知識や意義の理解 ・がん検診等の検査結果に応じた精密検査等の受検や専門医への受診の必要性 ・利用可能な自治体や医療保険者のがん検診等や保健事業	
ロ　健康指導 （イ）労働者の健康状態の把握 健康指導の実施に当たっては、健康診断や必要に応じて行う健康測定等により労働者の健康状態を把握し、その結果に基づいて実施する必要がある。 また、健康測定とは、健康指導を行うために実施される調査、測定等のことをいい、疾病の早期発見に重点をおいた健康診断を活用しつつ、追加で生活状況調査や医学的検査等を実施するものである。 さらに、筋力や認知機能等の低下に伴う転倒等の労働災害を防止するため、体力の状況を客観的に把握し、自らの身体機能の維持向上に取り組めるようにするためには、具体的には以下の健康測定等を実施することが考えられる。	イ　健康指導 （イ）労働者の健康状態の把握 健康指導の実施に当たっては、健康診断や必要に応じて行う健康測定等により労働者の健康状態を把握し、その結果に基づいて実施する必要がある。 健康測定とは、健康指導を行うために実施される調査、測定等のことをいい、疾病の早期発見に重点をおいた健康診断を活用しつつ、追加で生活状況調査や医学的検査等を実施するものである。 筋力や認知機能等の低下に伴う転倒等の労働災害を防止するため、体力の状況を客観的に把握し、自らの身体機能の維持向上に取り組めるよう、具体的には以下の健康測定等を実施することが考えられる。

・転倒等のリスクを確認する身体機能セルフチェック ・加齢による心身の衰えを確認するフレイルチェック ・移動機能を確認するロコモ度テスト なお、健康測定は、産業医等が中心となって行い、その結果に基づき各労働者の健康状態に応じた必要な指導を決定する。それに基づき、事業場内の推進スタッフ等が労働者に対して労働者自身の健康状況について理解を促すとともに、必要な健康指導を実施することが効果的である。 また、データヘルスやコラボヘルス等の労働者の健康保持増進対策を推進するため、労働安全衛生法に基づく定期健康診断の結果の記録等、労働者の健康状態等が把握できる客観的な数値等を医療保険者に共有することが必要であり、そのデータを医療保険者と連携して、事業場内外の複数の集団間のデータと比較し、事業場における労働者の健康状態の改善や健康保持増進に係る取組の決定等に積極的に活用することが重要である。 （ロ）健康指導の実施 労働者の健康状態の把握を踏まえ実施される労働者に対する健康指導については、以下の項目を含むもの又は関係するものとする。また、事業者は、希望する労働者に対して個別に健康相談等を行うように努めることが必要である。 ・労働者の生活状況、希望等が十分に考慮され、運動の種類及び内容が安全に楽しくかつ効果的に実践できるよう配慮された運動指導 ・ストレスに対する気付きへの援助、リラクセーションの指導等の	・転倒等のリスクを確認する身体機能セルフチェック ・加齢による心身の衰えを確認するフレイルチェック ・移動機能を確認するロコモ度テスト なお、健康測定は、産業医等が中心となって行い、その結果に基づき各労働者の健康状態に応じた必要な指導を決定する。それに基づき、事業場内の推進スタッフ等が労働者に対して労働者自身の健康状況について理解を促すとともに、必要な健康指導を実施することが効果的である。 また、データヘルスやコラボヘルス等の労働者の健康保持増進対策を推進するため、労働安全衛生法に基づく定期健康診断の結果の記録等、労働者の健康状態等が把握できる客観的な数値等を医療保険者に共有することが必要であり、そのデータを医療保険者と連携して、事業場内外の複数の集団間のデータと比較し、事業場における労働者の健康状態の改善や健康保持増進に係る取組の決定等に積極的に活用することが重要である。 （ロ）健康指導の実施 労働者の健康状態の把握を踏まえ実施される労働者に対する健康指導については、以下の項目を含むもの又は関係するものとする。また、事業者は、希望する労働者に対して個別に健康相談等を行うように努めることが必要である。 ・労働者の生活状況、希望等が十分に考慮され、運動の種類及び内容が安全に楽しくかつ効果的に実践できるよう配慮された運動指導 ・ストレスに対する気付きへの援助、リラクセーションの指導等の

メンタルヘルスケア ・食習慣や食行動の改善に向けた栄養指導 ・歯と口の健康づくりに向けた口腔保健指導 ・勤務形態や生活習慣による健康上の問題を解決するために職場生活を通して行う、睡眠、喫煙、飲酒等に関する健康的な生活に向けた保健指導 ・労働者本人の同意を得て検査結果を把握した場合におけるがん検診等の検査結果等を踏まえた精密検査の受診勧奨や治療に向けた保健指導 併せて、高年齢労働者に対しては、フレイルやロコモティブシンドロームの予防を意識した健康づくり活動を実施することが重要である。なお、(イ)に掲げるフレイルチェックの結果も踏まえ、市町村が提供する一般介護予防事業等を利用できる可能性があるため、当該高年齢労働者の居住する市町村や地域包括支援センターに相談することも可能である。 ハ 二次予防に関する取組 (イ)二次予防の取組を推進するため、イで示した科学的根拠に関する知識等を踏まえつつ、以下の取組を実施することが考えられる。 ・国が「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」(健発第 0331058 号平成 20 年３月 31 日厚生労働省健康局長通知別添)において健康増進法(平成 14 年法律第 103 号)に基づき市区町村が実施する検診として推奨している５つのがん(胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん)に対する検診及びその結果に基づく精密検査の受診勧奨	メンタルヘルスケア ・食習慣や食行動の改善に向けた栄養指導 ・歯と口の健康づくりに向けた口腔保健指導 ・勤務形態や生活習慣による健康上の問題を解決するために職場生活を通して行う、睡眠、喫煙、飲酒等に関する健康的な生活に向けた保健指導 併せて、高年齢労働者に対しては、フレイルやロコモティブシンドロームの予防を意識した健康づくり活動を実施することが重要である。なお、(イ)に掲げるフレイルチェックの結果も踏まえ、市町村が提供する一般介護予防事業等を利用できる可能性があるため、当該高年齢労働者の居住する市町村や地域包括支援センターに相談することも可能である。

・女性特有の健康課題、歯科疾患、骨粗しょう症、眼科疾患等に係る検査等及びその結果に基づく専門医への受診勧奨 （ロ）（イ）の取組の方法には、以下のものがあり、各事業場の実態に合わせて実施する必要がある。 ・事業者自ら又は医療保険者と連携して実施する健康診断の機会を活用した検診等の受診機会の提供 ・労働者の居住する市町村において実施されている健康増進法に基づく検診の受診勧奨及び受診のための休暇の付与等 （ハ）（イ）の検診等の受診やその結果に応じた精密検査の受診勧奨を推進するためには、次に掲げる取組を行うことが効果的である。 ・啓発パンフレットの配布 ・ポスターやサイト等への社内掲示 ・全ての労働者を対象としたメールや社内通達の発出 ・健康診断実施者に対する精密検査の受診勧奨の業務委託 ・医療保険者が保健事業等で実施する健康診断の案内 ・労働者本人が利用可能な自治体の検診や健康相談等の利用勧奨 ・がん検診等の受診に対する費用助成 ・がん検診等の受診に対する特別休暇の付与 ・労働者が安心して医療機関に受診することができるよう、治療と就業の両立支援の取組の促進及びその周知	
ニ　その他の健康保持増進措置 イに掲げるもののほか、健康相談、健康保持増進に関する啓発活動や環境づくり、治療と就業の両立支援指針（令和８年２月 10 日厚生労働省告示第 28 号）等の内容も含むものとする。なお、その他の健康保持増	ロ その他の健康保持増進措置 イに掲げるもののほか、健康教育、健康相談又は、健康保持増進に関する啓発活動や環境づくり等の内容も含むものとする。なお、その他の健康保持増進措置を実施するに当たっても労働者の健康状態を事前に

進措置を実施するに当たっても労働者の健康状態を事前に把握し、取り組むことが有用である。	把握し、取り組むことが有用である。
5 健康保持増進対策の推進における留意事項 （1）客観的な数値の活用 事業場における健康保持増進の問題点についての正確な把握や達成すべき目標の明確化等が可能となることから、課題の把握や目標の設定等においては、労働者の健康状態等を客観的に把握できる数値を活用することが望ましい。数値については、例えば、定期健康診断結果や医療保険者から提供される事業場内外の複数の集団間の健康状態を比較したデータ等を活用することが考えられる。 （2）二次予防の取組における精度管理等 二次予防の取組のためのがん検診等の機会の提供に当たっては、労働安全衛生法第 70 条の３の趣旨を踏まえ、健康増進法第９条第１項に基づく健康増進事業実施者に対する健康診査の実施等に関する指針（平成 16 年厚生労働省告示第 242 号）に定められている健診及び検診に関するプログラムに係る要件及びがん検診等を含めた健康診査の精度管理等について留意すること。 （3）「労働者の心の健康の保持増進のための指針」との関係 本指針のメンタルヘルスケアとは、積極的な健康づくりを目指す人を対象にしたものであって、その内容は、ストレスに対する気付きへの援助、リラクセーションの指導等であり、その実施に当たっては、労働者の心の健康の保持増進のための指針（平成 18 年３月 31 日健康保持増進のための指針公示第３号）を踏まえて、集団や労働者の状況に応じて適切に行われる必要がある。また、健康保持増進措置として、メンタルヘ	5 健康保持増進対策の推進における留意事項 （1）客観的な数値の活用 事業場における健康保持増進の問題点についての正確な把握や達成すべき目標の明確化等が可能となることから、課題の把握や目標の設定等においては、労働者の健康状態等を客観的に把握できる数値を活用することが望ましい。数値については、例えば、定期健康診断結果や医療保険者から提供される事業場内外の複数の集団間の健康状態を比較したデータ等を活用することが考えられる。 （2）「労働者の心の健康の保持増進のための指針」との関係 本指針のメンタルヘルスケアとは、積極的な健康づくりを目指す人を対象にしたものであって、その内容は、ストレスに対する気付きへの援助、リラクセーションの指導等であり、その実施に当たっては、労働者の心の健康の保持増進のための指針（平成 18 年３月 31 日健康保持増進のための指針公示第３号）を踏まえて、集団や労働者の状況に応じて適切に行われる必要がある。また、健康保持増進措置として、メンタルヘ

ルスケアとともに、運動指導、保健指導等を含めた取組を実施する必要がある。	ルスケアとともに、運動指導、保健指導等を含めた取組を実施する必要がある。
（４）「治療と就業の両立支援指針」との関係 職場における治療と就業の両立支援の取組に当たっては、治療と就業の両立支援指針に基づき、必要な措置を講じることが望ましい。	
（５）個人情報の保護への配慮 健康保持増進対策を進めるに当たっては、健康情報を含む労働者の個人情報の保護に配慮することが極めて重要である。 健康情報を含む労働者の個人情報の保護に関しては、個人情報の保護に関する法律（平成 15 年法律第 57 号）及び労働者の心身の状態に関する情報の適正な取扱いのために事業者が講ずべき措置に関する指針（平成 30 年９月７日労働者の心身の状態に関する情報の適正な取扱い指針公示第１号）等の関連する指針等が定められており、個人情報を事業の用に供する個人情報取扱事業者に対して、個人情報の利用目的の公表や通知、目的外の取扱いの制限、安全管理措置、第三者提供の制限等を義務づけている。 また、個人情報取扱事業者以外の事業者であって健康情報を取り扱う者は、健康情報が特に適正な取扱いの厳格な実施を確保すべきものであることに十分留意し、その適正な取扱いの確保に努めることとされている。事業者は、これらの法令等を遵守し、労働者の健康情報の適正な取扱いを図るものとする。 また、健康測定等健康保持増進の取組において、その実施の事務に従事した者が、労働者から取得した健康情報を利用するに当たっては、当	（３）個人情報の保護への配慮 健康保持増進対策を進めるに当たっては、健康情報を含む労働者の個人情報の保護に配慮することが極めて重要である。 健康情報を含む労働者の個人情報の保護に関しては、個人情報の保護に関する法律（平成 15 年法律第 57 号）及び労働者の心身の状態に関する情報の適正な取扱いのために事業者が講ずべき措置に関する指針（平成 30 年９月７日労働者の心身の状態に関する情報の適正な取扱い指針公示第１号）等の関連する指針等が定められており、個人情報を事業の用に供する個人情報取扱事業者に対して、個人情報の利用目的の公表や通知、目的外の取扱いの制限、安全管理措置、第三者提供の制限等を義務づけている。 また、個人情報取扱事業者以外の事業者であって健康情報を取り扱う者は、健康情報が特に適正な取扱いの厳格な実施を確保すべきものであることに十分留意し、その適正な取扱いの確保に努めることとされている。事業者は、これらの法令等を遵守し、労働者の健康情報の適正な取扱いを図るものとする。 また、健康測定等健康保持増進の取組において、その実施の事務に従事した者が、労働者から取得した健康情報を利用するに当たっては、当

該労働者の健康保持増進のために必要な範囲を超えて利用してはならないことに留意すること。事業者を含む第三者が、労働者本人の同意を得て健康情報を取得した場合であっても、これと同様であること。 なお、高齢者の医療の確保に関する法律（昭和 57 年法律第 80 号）第 27 条第３項及び第４項、健康保険法（大正 11 年法律第 70 号）第 150 条第２項及び第３項等の規定に基づき、医療保険者から定期健康診断に関する記録の写しの提供の求めがあった場合に、事業者は当該記録の写しを医療保険者に提供しなければならないこととされていることに留意が必要であり、当該規定に基づく提供は個人情報の保護に関する法律第 27 条第１項第１号に規定する「法令に基づく場合」に該当するため、第三者提供に係る本人の同意は不要である。 （６）記録の保存 事業者は、健康保持増進措置の実施の事務に従事した者の中から、担当者を指名し、当該担当者に健康測定の結果、運動指導の内容等健康保持増進措置に関する記録を電磁的な方法で保存及び管理させることが適切である。	該労働者の健康保持増進のために必要な範囲を超えて利用してはならないことに留意すること。事業者を含む第三者が、労働者本人の同意を得て健康情報を取得した場合であっても、これと同様であること。 なお、高齢者の医療の確保に関する法律（昭和 57 年法律第 80 号）第 27 条第３項及び第４項、健康保険法（大正 11 年法律第 70 号）第 150 条第２項及び第３項等の規定に基づき、医療保険者から定期健康診断に関する記録の写しの提供の求めがあった場合に、事業者は当該記録の写しを医療保険者に提供しなければならないこととされていることに留意が必要であり、当該規定に基づく提供は個人情報の保護に関する法律第 27 条第１項第１号に規定する「法令に基づく場合」に該当するため、第三者提供に係る本人の同意は不要である。 （４）記録の保存 事業者は、健康保持増進措置の実施の事務に従事した者の中から、担当者を指名し、当該担当者に健康測定の結果、運動指導の内容等健康保持増進措置に関する記録を電磁的な方法で保存及び管理させることが適切である。
６　定義 本指針において、以下に掲げる用語の意味は、それぞれ次に定めるところによる。 ①　健康保持増進対策 労働安全衛生法第 69 条第１項の規定に基づく事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置を継続的かつ計画的に講ずるための、方針の表明から計画の策定、実施、評価等の一連の取組全体をいう。	６　定義 本指針において、以下に掲げる用語の意味は、それぞれ次に定めるところによる。 ①　健康保持増進対策 労働安全衛生法第 69 条第１項の規定に基づく事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置を継続的かつ計画的に講ずるための、方針の表明から計画の策定、実施、評価等の一連の取組全体をいう。

② 産業医等 産業医その他労働者の健康保持増進等を行うのに必要な知識を有する医師をいう。 ③ 衛生管理者等 衛生管理者、衛生推進者及び安全衛生推進者をいう。 ④ 事業場内産業保健スタッフ 産業医等、衛生管理者等及び事業場内の保健師等をいう。 ⑤ 事業場外資源 事業場外で健康保持増進に関する支援を行う外部機関や地域資源及び専門家をいう。 ⑥ 健康保持増進措置 労働安全衛生法第 69 条第１項の規定に基づく事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置をいう。	② 産業医等 産業医その他労働者の健康保持増進等を行うのに必要な知識を有する医師をいう。 ③ 衛生管理者等 衛生管理者、衛生推進者及び安全衛生推進者をいう。 ④ 事業場内産業保健スタッフ 産業医等、衛生管理者等及び事業場内の保健師等をいう。 ⑤ 事業場外資源 事業場外で健康保持増進に関する支援を行う外部機関や地域資源及び専門家をいう。 ⑥ 健康保持増進措置 労働安全衛生法第 69 条第１項の規定に基づく事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置をいう。

別添２

事業場における労働者の健康保持増進のための指針

昭和63年９月１日　健康保持増進のための指針公示第１号
改正　平成９年２月３日　健康保持増進のための指針公示第２号
改正　平成19年11月30日　健康保持増進のための指針公示第４号
改正　平成27年11月30日　健康保持増進のための指針公示第５号
改正　令和２年３月31日　健康保持増進のための指針公示第７号
改正　令和３年２月８日　健康保持増進のための指針公示第８号
改正　令和３年12月28日　健康保持増進のための指針公示第９号
改正　令和４年３月31日　健康保持増進のための指針公示第10号
改正　令和５年３月31日　健康保持増進のための指針公示第11号
改正　令和８年２月10日　健康保持増進のための指針公示第12号
改正　令和８年10月19日　健康保持増進のための指針公示第13号

１　趣旨

近年の高年齢労働者の増加、急速な技術革新の進展等の社会経済情勢の変化、労働者の就業意識や働き方の変化、業務の質的変化等に伴い、定期健康診断の有所見率が増加傾向にあるとともに、心疾患及び脳血管疾患の誘因となるメタボリックシンドロームが強く疑われる者とその予備群は、男性の約２人に１人、女性の約５人に１人の割合に達している。また、がんは、我が国において死因の第１位であり、年間約４人に１人ががんで亡くなっているほか、生涯のうちに約２人に１人が罹患すると推計されている。さらに、仕事に関して強い不安やストレスを感じている労働者の割合が高い水準で推移している。

このような労働者の心身の健康問題に対処するためには、早い段階から心身の両面について健康教育等の予防対策に取り組むことが重要であることから、事業場において、就業形態にかかわらず全ての労働者を対象として心身両面の総合的な健康の保持増進を図ることが必要である。

また、健康の保持増進は、生活習慣改善等による疾病の発症予防（以下「一次予防」という。）を主として取り組むが、健康診断等による疾病の早期発見や早期治療（以下「二次予防」という。）を行うことで、さらに、疾病の発症や重症化、疾病による死亡を予防することができる。二次予防については、各事業場の実情に応じて、医療保険者等と連携を図りつつ、創意工夫して進めていくことが適当である。

加えて、事業者が、労働者の健康の保持増進を図るために、健康経営といった労働者の健康保持増進の取組が将来的に収益性を高める投資であることを理解し、健康管理を経営的視点から考えた上で、戦略的に当該取組を実践することは、労働生産性向上の観点からも重要である。

さらに、事業場において健康教育等の労働者の健康の保持増進のための措置が適切かつ有効に実施されるためには、その具体的な実施方法が、事業場において確立していることが必要である。

本指針は、労働安全衛生法（昭和 47 年法律第 57 号）第 70 条の２第１項の規定に基づき、同法第 69 条第１項の事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置（以下「健康保持増進措置」という。）が適切かつ有効に実施されるため、当該措置の原則的な実施方法について定めたものである。事業者は、健康保持増進措置の実施に当たっては、本指針に基づき、事業場内の産業保健スタッフ等に加えて、積極的に労働衛生機関、中央労働災害防止協会、スポーツクラブ、医療保険者、地域の医師会や歯科医師会、地方公共団体又は産業保健総合支援センター等の事業場外資源を活用することで、効果的な取組を行うものとする。また、労働者が、自身の健康保持増進につなげていく観点から、事業者は、労働者に対して、デジタルツール等を活用し、生涯にわたる自身の保健医療情報（PHR：Personal Health Record）の把握に努めるよう促すことも考えられる。なお、全ての措置の実施が困難な場合には、可能なものから実施する等、各事業場の実態に即した形で取り組むことが望ましい。

２　健康保持増進対策の基本的考え方

これまで生活習慣病予備群に対する生活習慣への介入効果についての科学的根拠が国際的に蓄積され、生活習慣病予備群に対する効果的な介入プログラムが開発されてきた。さらに、メタボリックシンドロームの診断基準が示され、内臓脂肪の蓄積に着目した保健指導の重要性が明らかになっている。また、健康管理やメンタルヘルスケア等心身両面にわたる健康指導技術の開発も進み、多くの労働者を対象とした健康の保持増進活動が行えるようになってきた。さらに、がん、女性特有の健康課題（月経不順、月経困難症、過多月経、月経前症候群、更年期障害等）、歯科疾患、骨粗しょう症及び眼科疾患（以下「がん等」という。）といった健康課題についても、疾病の予防に向けた健康教育等の取組が労働者の健康保持増進のために重要である。加えて、労働者の健康保持増進をより効果的に進めるため、一次予防のみならず、二次予防も労働者の健康保持増進対策の一環として取り組むことが望ましい。

また、労働者の健康の保持増進には、労働者が自主的、自発的に取り組むことが重要であり、労働者自らが健康状態の早期把握に努めることが必要である。しかし、労働者の働く職場には労働者自身の力だけでは取り除くことができない疾病増悪要因、ストレス要因等が存在しているため、労働者の健康を保持増進していくためには、労働者の自助努力に加えて、事業者の行う健康管理の積極的推進、がん等に係る検査（以下「がん検診等」という。）の受診勧奨及びその結果に応じた適切な医療につなげるための精密検査の受診勧奨が必要である。さらに、治療を受けながら働き続けられるためには、治療と就業の両立支援の実施が必要であり、これらを進めるための環境整備が重要である。

さらに、健康管理の推進に当たっては、単に健康障害を防止するという観点のみならず、更に一歩進んで、労働生活の全期間を通じて継続的かつ計画的に心身両面にわたる積極的な健康保持増進を目指したものでなければならず、生活習慣病の発症や重症化の予防のために保健事業を実施している医療保険者と連携したコラボヘルスの推進に積極的に取り組むほか、医療保険者等の実施するがん検診等の利用等、医療保険者と連携した取組が重要である。さらに、自治体や医療保険者の健康保持増進の取組等を利用することも有効であり、これら地域の関係者との連携も必要である。

労働者の健康の保持増進のための具体的措置としては、運動指導、メンタルヘルスケア、栄養指導、口腔保健指導、保健指導、がん検診等の受診勧奨等があり、各事業場の実態に即して措置を実施していくことが必要である。

さらに、事業者は、健康保持増進対策を推進するに当たって、次の事項に留意することが必要である。

① 健康保持増進対策における対象の考え方

健康保持増進措置は、主に生活習慣上の課題を有する労働者の健康状態の改善を目指すために個々の労働者に対して実施するものと、事業場全体の健康状態の改善や健康保持増進に係る取組の活性化等、生活習慣上の課題の有無に関わらず労働者を集団として捉えて実施するものがある。事業者はそれぞれの措置の特徴を理解したうえで、これらの措置を効果的に組み合わせることにより、一次予防及び二次予防に係る健康保持増進対策に取り組むことが望ましい。

② 労働者の積極的な参加を促すための取組

労働者の中には健康保持増進に関心を持たない者も一定数存在すると考えられることから、これらの労働者にも抵抗なく健康保持増進に取り組んでもらえるようにすることが重要である。加えて、労働者の行動が無意識のうちに変化する環境づくりやスポーツ等の楽しみながら参加できる仕組みづくり等に取り組むことも重要である。また、これらを通じて事業者は、労働者が健康保持増進に取り組む文化や風土を醸成していくことが望ましい。

③ 労働者の高齢化を見据えた取組

労働者が高齢期を迎えても健康に働き続けるためには、心身両面の総合的な健康が維持されていることが必要であり、若年期からの運動の習慣化や、高年齢労働者を対象とした身体機能の維持向上のための取組等を通じて、加齢とともに筋力や認知機能等の心身の活力が低下するフレイルやロコモティブシンドロームの予防に取り組むことが重要である。健康保持増進措置を検討するに当たっては、このような視点を盛り込むことが望ましい。

また、加齢に伴う筋力や認知機能等の低下は転倒等の労働災害リスクにつながることから、健康状況の継続的な把握のもと、高年齢者の労働災害防止のための指針（令和８年２月 10 日高年齢者の労働災害防止のための指針公示第１号）に基づき対応することが重要である。

④ 二次予防の取組

二次予防を進めるためには、事業者が、正しい情報の提供等を含む健康教育等や職場における健康診断等の機会を活用したがん検診等の提供及びその結果に基づく医療機関への受診勧奨を実施することが必要である。これらの事業者の取組を通じて、自らの健康状態の早期把握が健康保持増進につながることについて労働者の理解促進を図り、労使の協力の下で、がん検診等の受診等につなげることが重要である。

3 健康保持増進対策の推進に当たっての基本事項

事業者は、健康保持増進対策を中長期的視点に立って、継続的かつ計画的に行うため、以下の項目に沿って積極的に進めていく必要がある。

また、健康保持増進対策の推進に当たっては、事業者が労働者等の意見を聴きつつ事業場の実態に即した取組を行うため、労使、産業医、衛生管理者等で構成される衛生委員会等を活用して以下の項目に取り組むとともに、各項目の内容について関係者に周知することが必要である。

なお、衛生委員会等の設置義務のない小規模事業場においても、これらの実施に当たっては、労働者等の意見が反映されるようにすることが必要である。

加えて、健康保持増進対策の推進単位については、事業場単位だけでなく、企業単位で取り組むことも考えられる。

（１）健康保持増進方針の表明

事業者は、健康保持増進方針を表明するものとする。健康保持増進方針は、事業場における労働者の健康の保持増進を図るための基本的な考え方を示すものであり、次の事項を含むものとする。

・事業者自らが事業場における健康保持増進を積極的に支援すること。
・労働者の健康の保持増進を図ること。
・労働者の協力の下に、健康保持増進対策を実施すること。
・健康保持増進措置を適切に実施すること。

（２）推進体制の確立

事業者は、事業場内の健康保持増進対策を推進するため、その実施体制を確立するものとする（４（１）参照)。

（３）課題の把握

事業者は、事業場における労働者の健康の保持増進に関する課題等を把握し、健康保持増進対策を推進するスタッフ等の専門的な知見も踏まえ、健康保持増進措置を検討するものとする。なお、課題の把握に当たっては、労働者の健康状態等が把握できる客観的な数値等を活用することが望ましい。

（４）健康保持増進目標の設定

事業者は、健康保持増進方針に基づき、把握した課題や過去の目標の達成状況を踏まえ、健康保持増進目標を設定し、当該目標において一定期間に達成すべき到達点を明らかにする。

また、健康保持増進対策は、中長期的視点に立って、継続的かつ計画的に行われるようにする必要があることから、目標においても中長期的な指標を設定し、その達成のために計画を進めていくことが望ましい。

（５）健康保持増進措置の決定

事業者は、表明した健康保持増進方針、把握した課題及び設定した健康保持増進目標を踏まえ、事業場の実情も踏まえつつ、健康保持増進措置を決定する。

（６）健康保持増進計画の作成

事業者は、健康保持増進目標を達成するため、健康保持増進計画を作成するものとする。健康保持増進計画は各事業場における労働安全衛生に関する計画の中に位置付けることが望ましい。

健康保持増進計画は具体的な実施事項、日程等について定めるものであり、次の事項を含むものとする。

・健康保持増進措置の内容及び実施時期に関する事項
・健康保持増進計画の期間に関する事項
・健康保持増進計画の実施状況の評価及び計画の見直しに関する事項

（７）健康保持増進計画の実施

事業者は、健康保持増進計画を適切かつ継続的に実施するものとする。また、健康保持増進計画を適切かつ継続的に実施するために必要な留意すべき事項を定めるものとする。

（８）実施結果の評価

事業者は、事業場における健康保持増進対策を、継続的かつ計画的に推進していくため、当該対策の実施結果等を評価し、新たな目標や措置等に反映させることにより、今後の取組を見直すものとする。

４　健康保持増進対策の推進に当たって事業場ごとに定める事項

以下の項目は、健康保持増進対策の推進に当たって、効果的な推進体制を確立するための方法及び健康保持増進措置についての考え方を示したものである。事業者は、各事業場の実態に即した適切な体制の確立及び実施内容について、それぞれ以下の事項より選択し、実施するものとする。

（１）体制の確立

事業者は、次に掲げるスタッフや事業場外資源等を活用し、健康保持増進対策の実施体制を整備し、確立する。

イ　事業場内の推進スタッフ

事業場における健康保持増進対策の推進に当たっては、事業場の実情に応じて、事業者が、労働衛生等の知識を有している産業医等、衛生管理者等、事業場内の保健師等の事業場内産業保健スタッフ及び人事労務管理スタッフ等を活用し、各担当における役割を定めたうえで、事業場内における体制を構築する。

また、例えば労働者に対して運動プログラムを作成し、運動実践を行うに当たっての指導を行うことができる者、労働者に対してメンタルヘルスケアを行うことができる者等の専門スタッフを養成し、活用することも有効である。なお、健康保持増進措置を効果的に実施する上で、これらのスタッフは、専門分野における十分な知識・技能と労働衛生等についての知識を有していることが必要である。このため、事業者は、これらのスタッフに研修機会を与える等の能力の向上に努める。

ロ　事業場外資源

健康保持増進対策の推進体制を確立するため、事業場内のスタッフを活用することに加え、事業場が取り組む内容や求めるサービスに応じて、健康保持増進に関し専門的な知識を有する各種の事業場外資源を活用する。事業場外資源を活用する場合は、健康保持増進対策に関するサービスが適切に実施できる体制や、情報管理が適切に行われる体制が整備されているか等について、事前に確認する。事業場外資源として考えられる機関等は以下のとおり。

・労働衛生機関、中央労働災害防止協会、スポーツクラブ等の健康保持増進に関する支援を行う機関

・医療保険者
・地域の医師会や歯科医師会、地方公共団体等の地域資源
・産業保健総合支援センター

なお、職域保健と地域保健の連携を強化するため各地域に設置されている地域・職域連携推進協議会等において示された情報を参考に、自治体や医療保険者が取り組む各種支援策等を活用すること。

また、事業者は、コラボヘルスの一環として、医療保険者の実施する各種健康診断の実施状況や健康増進事業等に関する情報を入手して活用するとともに、企業と医療保険者が密接に連携しながら健康診断等に取り組むことに加え、医療保険者と連携した労働者の健康保持増進措置に取り組むことも重要である。

なお、小規模事業場で事業場内の推進スタッフの確保等が困難な場合には、上記の事業場外資源を積極的に活用するほか、社外の健康支援サービスを利用することも考えられる。

（２）健康保持増進措置の内容

事業者は、次に掲げる健康保持増進措置の具体的項目を実施する。

イ　健康教育

労働者が健康保持増進のための正しい知識・意識を身につけ、必要な行動ができるよう、公的機関（政府機関、地方政府機関又はこれらに準ずる機関をいう。）の情報を活用することや産業医等の専門知識を有する者から全ての労働者が教育を受けることが重要である。また、健康教育の実施に当たっては、労働者の健康増進対策の推進を担当する産業保健スタッフ等への教育も必要である。

教育の内容については、メタボリックシンドロームやがん等の発症予防のための生活習慣改善、メンタルヘルスケア等の一次予防のほか、二次予防に関しては、次の項目等について、実態に応じて教育を行うこと。

・がん検診等の科学的根拠に関する知識や意義の理解
・がん検診等の検査結果に応じた精密検査等の受検や専門医への受診の必要性
・利用可能な自治体や医療保険者のがん検診等や保健事業

ロ　健康指導

（イ）労働者の健康状態の把握

健康指導の実施に当たっては、健康診断や必要に応じて行う健康測定等により労働者の健康状態を把握し、その結果に基づいて実施する必要がある。

また、健康測定とは、健康指導を行うために実施される調査、測定等のことをいい、疾病の早期発見に重点をおいた健康診断を活用しつつ、追加で生活状況調査や医学的検査等を実施するものである。

さらに、筋力や認知機能等の低下に伴う転倒等の労働災害を防止するため、体力の状況を客観的に把握し、自らの身体機能の維持向上に取り組めるようにするためには、具体的には以下の健康測定等を実施することが考えられる。

・転倒等のリスクを確認する身体機能セルフチェック

・加齢による心身の衰えを確認するフレイルチェック
・移動機能を確認するロコモ度テスト

なお、健康測定は、産業医等が中心となって行い、その結果に基づき各労働者の健康状態に応じた必要な指導を決定する。それに基づき、事業場内の推進スタッフ等が労働者に対して労働者自身の健康状況について理解を促すとともに、必要な健康指導を実施することが効果的である。

また、データヘルスやコラボヘルス等の労働者の健康保持増進対策を推進するため、労働安全衛生法に基づく定期健康診断の結果の記録等、労働者の健康状態等が把握できる客観的な数値等を医療保険者に共有することが必要であり、そのデータを医療保険者と連携して、事業場内外の複数の集団間のデータと比較し、事業場における労働者の健康状態の改善や健康保持増進に係る取組の決定等に積極的に活用することが重要である。

（ロ）健康指導の実施

労働者の健康状態の把握を踏まえ実施される労働者に対する健康指導については、以下の項目を含むもの又は関係するものとする。また、事業者は、希望する労働者に対して個別に健康相談等を行うように努めることが必要である。

・労働者の生活状況、希望等が十分に考慮され、運動の種類及び内容が安全に楽しくかつ効果的に実践できるよう配慮された運動指導
・ストレスに対する気付きへの援助、リラクセーションの指導等のメンタルヘルスケア
・食習慣や食行動の改善に向けた栄養指導
・歯と口の健康づくりに向けた口腔保健指導
・勤務形態や生活習慣による健康上の問題を解決するために職場生活を通して行う、睡眠、喫煙、飲酒等に関する健康的な生活に向けた保健指導
・労働者本人の同意を得て検査結果を把握した場合におけるがん検診等の検査結果等を踏まえた精密検査の受診勧奨や治療に向けた保健指導

併せて、高年齢労働者に対しては、フレイルやロコモティブシンドロームの予防を意識した健康づくり活動を実施することが重要である。なお、（イ）に掲げるフレイルチェックの結果も踏まえ、市町村が提供する一般介護予防事業等を利用できる可能性があるため、当該高年齢労働者の居住する市町村や地域包括支援センターに相談することも可能である。

ハ　二次予防に関する取組

（イ）二次予防の取組を推進するため、イで示した科学的根拠に関する知識等を踏まえつつ、以下の取組を実施することが考えられる。

・国が「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」（健発第 0331058 号平成 20 年３月 31 日厚生労働省健康局長通知別添）において健康増進法（平成 14 年法律第 103 号）に基づき市区町村が実施する検診として推奨している５つのがん（胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん）に対する検診及びその結果に基づく精密検査の受診勧奨
・女性特有の健康課題、歯科疾患、骨粗しょう症、眼科疾患等に係る検査等及びそ

の結果に基づく専門医への受診勧奨

（ロ）（イ）の取組の方法には、以下のものがあり、各事業場の実態に合わせて実施する必要がある。

・事業者自ら又は医療保険者と連携して実施する健康診断の機会を活用した検診等の受診機会の提供

・労働者の居住する市町村において実施されている健康増進法に基づく検診の受診勧奨及び受診のための休暇の付与等

（ハ）（イ）の検診等の受診やその結果に応じた精密検査の受診勧奨を推進するためには、次に掲げる取組を行うことが効果的である。

・啓発パンフレットの配布

・ポスターやサイト等への社内掲示

・全ての労働者を対象としたメールや社内通達の発出

・健康診断実施者に対する精密検査の受診勧奨の業務委託

・医療保険者が保健事業等で実施する健康診断の案内

・労働者本人が利用可能な自治体の検診や健康相談等の利用勧奨

・がん検診等の受診に対する費用助成

・がん検診等の受診に対する特別休暇の付与

・労働者が安心して医療機関に受診することができるよう、治療と就業の両立支援の取組の促進及びその周知

ニ　その他の健康保持増進措置

イに掲げるもののほか、健康教育、健康相談又は、健康保持増進に関する啓発活動や環境づくり、治療と就業の両立支援指針（令和８年２月 10 日厚生労働省告示第 28 号）等の内容も含むものとする。なお、その他の健康保持増進措置を実施するに当たっても労働者の健康状態を事前に把握し、取り組むことが有用である。

5　健康保持増進対策の推進における留意事項

（１）客観的な数値の活用

事業場における健康保持増進の問題点についての正確な把握や達成すべき目標の明確化等が可能となることから、課題の把握や目標の設定等においては、労働者の健康状態等を客観的に把握できる数値を活用することが望ましい。数値については、例えば、定期健康診断結果や医療保険者から提供される事業場内外の複数の集団間の健康状態を比較したデータ等を活用することが考えられる。

（２）二次予防の取組における精度管理等

二次予防の取組のためのがん検診等の機会の提供に当たっては、労働安全衛生法第 70 条の３の趣旨を踏まえ、健康増進法第９条第１項に基づく健康増進事業実施者に対する健康診査の実施等に関する指針（平成 16 年厚生労働省告示第 242 号）に定められている健診及び検診に関するプログラムに係る要件及びがん検診等を含めた健康診査の精度管理等について留意すること。

（３）「労働者の心の健康の保持増進のための指針」との関係

本指針のメンタルヘルスケアとは、積極的な健康づくりを目指す人を対象にしたも

のであって、その内容は、ストレスに対する気付きへの援助、リラクセーションの指導等であり、その実施に当たっては、労働者の心の健康の保持増進のための指針（平成 18 年３月 31 日健康保持増進のための指針公示第３号）を踏まえて、集団や労働者の状況に応じて適切に行われる必要がある。また、健康保持増進措置として、メンタルヘルスケアとともに、運動指導、保健指導等を含めた取組を実施する必要がある。

（４）「治療と就業の両立支援指針」との関係

職場における治療と就業の両立支援の取組に当たっては、治療と就業の両立支援指針に基づき、必要な措置を講じることが望ましい。

（５）個人情報の保護への配慮

健康保持増進対策を進めるに当たっては、健康情報を含む労働者の個人情報の保護に配慮することが極めて重要である。

健康情報を含む労働者の個人情報の保護に関しては、個人情報の保護に関する法律（平成 15 年法律第 57 号）及び労働者の心身の状態に関する情報の適正な取扱いのために事業者が講ずべき措置に関する指針（平成 30 年９月７日労働者の心身の状態に関する情報の適正な取扱い指針公示第１号）等の関連する指針等が定められており、個人情報を事業の用に供する個人情報取扱事業者に対して、個人情報の利用目的の公表や通知、目的外の取扱いの制限、安全管理措置、第三者提供の制限等を義務づけている。また、個人情報取扱事業者以外の事業者であって健康情報を取り扱う者は、健康情報が特に適正な取扱いの厳格な実施を確保すべきものであることに十分留意し、その適正な取扱いの確保に努めることとされている。事業者は、これらの法令等を遵守し、労働者の健康情報の適正な取扱いを図るものとする。

また、健康測定等健康保持増進の取組において、その実施の事務に従事した者が、労働者から取得した健康情報を利用するに当たっては、当該労働者の健康保持増進のために必要な範囲を超えて利用してはならないことに留意すること。事業者を含む第三者が、労働者本人の同意を得て健康情報を取得した場合であっても、これと同様であること。

なお、高齢者の医療の確保に関する法律（昭和 57 年法律第 80 号）第 27 条第３項及び第４項、健康保険法（大正 11 年法律第 70 号）第 150 条第２項及び第３項等の規定に基づき、医療保険者から定期健康診断に関する記録の写しの提供の求めがあった場合に、事業者は当該記録の写しを医療保険者に提供しなければならないこととされていることに留意が必要であり、当該規定に基づく提供は個人情報の保護に関する法律第 27 条第１項第１号に規定する「法令に基づく場合」に該当するため、第三者提供に係る本人の同意は不要である。

（６）記録の保存

事業者は、健康保持増進措置の実施の事務に従事した者の中から、担当者を指名し、当該担当者に健康測定の結果、運動指導の内容等健康保持増進措置に関する記録を電磁的な方法で保存及び管理させることが適切である。

６　定義

本指針において、以下に掲げる用語の意味は、それぞれ次に定めるところによる。

① 健康保持増進対策

労働安全衛生法第 69 条第１項の規定に基づく事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置を継続的かつ計画的に講ずるための、方針の表明から計画の策定、実施、評価等の一連の取組全体をいう。

② 産業医等

産業医その他労働者の健康保持増進等を行うのに必要な知識を有する医師をいう。

③ 衛生管理者等

衛生管理者、衛生推進者及び安全衛生推進者をいう。

④ 事業場内産業保健スタッフ

産業医等、衛生管理者等及び事業場内の保健師等をいう。

⑤ 事業場外資源

事業場外で健康保持増進に関する支援を行う外部機関や地域資源及び専門家をいう。

⑥ 健康保持増進措置

労働安全衛生法第 69 条第１項の規定に基づく事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置をいう。