

健康経営に役立つツール

健康経営支援拠点（ウェルネスセンター）

横浜市は市内事業所を対象に健康経営の普及啓発を行うため、市内の企業集積地3か所に「健康経営支援拠点」を設置しています。各拠点では、健康に関するセミナーや健康機器の体験会などを随時開催しています。

新横浜ウェルネスセンター

運営事業者 バイオコミュニケーションズ株式会社
所在地 横浜市港北区新横浜2-15-10 YSビル5F

新横浜ウェルネスセンター

LINKAI 横浜金沢ウェルネスセンター

運営事業者 公益財団法人神奈川県予防医学協会
所在地 横浜市金沢区鳥浜町13-7 集団検診センター

LINKAI横浜金沢
ウェルネスセンター

横浜駅ウェルネスセンター

運営事業者 株式会社ウエルアップ
所在地 横浜市西区南幸2-20-5 KDX横浜リバーサイド4F

横浜市内中小企業等の健康経営をサポート
横浜駅ウェルネスセンター

よこはま企業健康マガジン

横浜市が定期的に配信する、働く世代の健康づくりのためのメールマガジンです。



登録はこちら

(テーマ例)
飲酒、禁煙、腰痛予防、女性の健康、ヒートショック、メンタルヘルス

よこはま企業健康推進員

自らの健康づくりと、職場内での健康づくりを推進する人です。登録には、「よこはま企業健康マガジン」の登録と、横浜市（区・ウェルネスセンターも可）が主催・共催する健康経営や健康づくりに関する講座の受講が必要です。



登録はこちら

関係機関・団体との連携

全国健康保険協会神奈川支部（協会けんぽ）

協会けんぽの「かながわ健康企業宣言」事業所は一定の条件を満たせば、『横浜健康経営認証』の「認証クラスA」の応募用紙の提出を省略できる場合があります。

TEL 045-270-8431

神奈川産業保健総合支援センター（さんぽセンター）

従業員の健康・労務管理等を行っている事業主や担当者に対し、無料で相談や研修等を行っています。横浜健康経営認証事業所への健康づくりの講師派遣のメニューも一部担当しています。

TEL 045-410-1160

※本リーフレットに掲載している情報は令和8年2月時点の情報であり、今後変更される可能性があります。
※「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

横浜市健康福祉局健康推進課 TEL 045-671-2454

横浜市経済局中小企業振興課 TEL 045-671-4236

（令和8年3月発行）

今こそ始めよう！

健康経営

「健康経営」とは、従業員の健康保持・増進の取組が、将来的に収益性等を高める投資であるとの考えのもと、健康増進を経営的視点から考え、戦略的に実践することです。

横浜市では、健康経営に取り組む事業所を「横浜健康経営認証事業所」として認証し、市民の健康づくりと企業の健康経営を推進しています。

あなたの職場で思い当たることはありませんか？

- 仕事中に身体を動かすことが少ない
- 朝食を食べない人が多い
- たばこを吸う人が多い
- お酒を飲む頻度・量が多い
- 仕事中に眠そうな人・疲れている人が多い
- 残業が多い

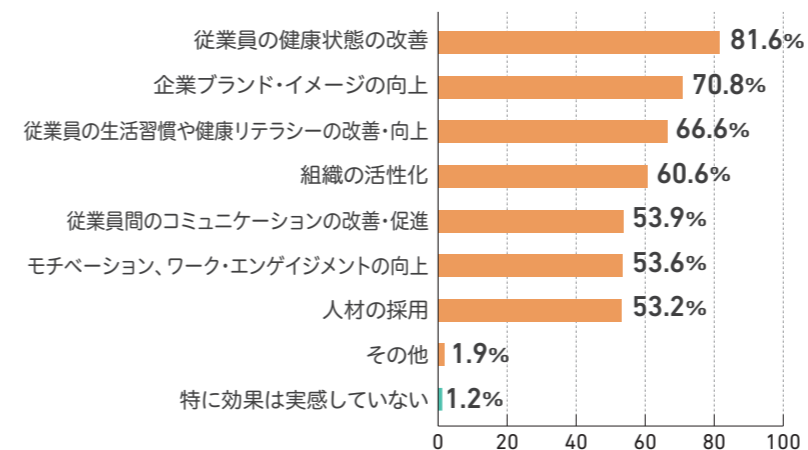


少しでも気になることがあったら・・・

あなたの会社も、健康経営を始めるチャンス！

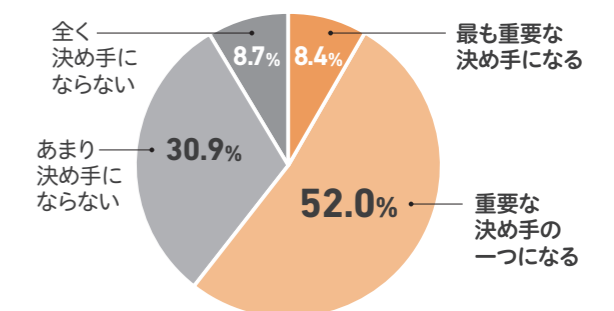
健康経営のメリットとは？

Q 健康経営に取り組むことでどのような効果を感じていますか。



出典：経済産業省「これからの健康経営について」より一部改編 n=7,886

Q 健康経営が就職先の決め手になりますか。



出典：健康経営優良法人認定事務局「就活生・転職者に関する調査」2023年9月実施 就活生600人、転職者300人を対象に実施



横浜健康経営認証制度 ～人も企業も輝く横浜～

申請費用はかかりません！

横浜健康経営認証制度は、健康経営に取り組む横浜市内の事業所を対象とした横浜市独自の認証制度です。取組状況に応じて3つの区分で認証しており、どのクラスからでも申請が可能です。横浜健康経営認証を取得して、働きやすい職場と持続的な成長を実現しましょう。

制度の詳細は
横浜市ホームページをご覧ください。

横浜市 健康経営

検索



認証クラスと認証要件

初めての方にもおすすめ！

**step1 シングルエー
クラス A**

健康経営宣言を明文化し、その意思を取組で表している事業所

**step2 ダブルエー
クラス AA**

クラスAの要件を満たし、さらに健康経営の推進体制の整備、従業員の健康課題の把握とその課題に合わせた取組を行っている事業所

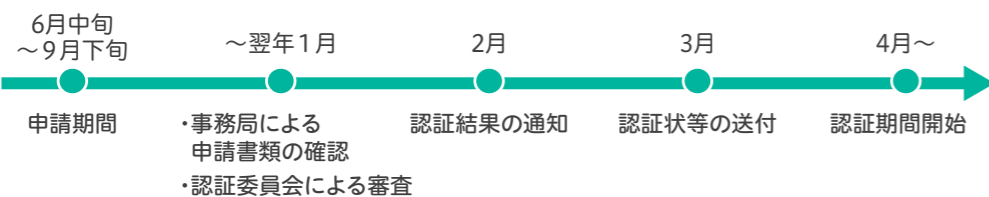
**step3 トリプルエー
クラス AAA**

クラスAAの要件を満たし、さらに取組の結果を評価し、次の取組につなげている事業所

認証期間

- 認証を受けるのが
- ▶ 初めての事業所: 申請の翌年度の4月1日から2年間
 - ▶ 2回目以降の事業所: 申請の翌年度の4月1日から4年間
※認証期間満了における更新、クラスアップのための再応募を含む

認証までの流れ



対象事業所

代表者の他に従業員が1名以上いる市内事業所 (市内に本社・本店、支社・支店、営業所等を有する事業所、NPO法人、公益法人等)

認証のメリット (一部条件あり)

- 横浜健康経営認証ロゴマークをホームページや名刺等で使用できる
- 横浜市ホームページや記者発表等を通じて、事業所名を紹介
- 保健師・栄養士・歯科衛生士等による訪問・相談(無料)を利用できる
- 体組成計や血管年齢測定器などの健康機器の貸出(無料)を利用できる
- ICTを活用した禁煙チャレンジに対する補助を受けられる
- 横浜中小企業融資制度において、金利優遇や保証料助成を受けられる
- 一部の横浜市公共調達において優遇の対象となる など

認証事業所には、副賞を贈呈しています



※初めての認証時及びクラスアップした事業所のみ

健康経営って、まず何から始めたらいいの？

- 1 まずは経営者自身が年に1回以上、健診を受診しましょう。
- 2 健康経営宣言をしましょう。
※健康経営宣言のフォーマットは、横浜市のホームページからもダウンロードできます。
- 3 健康づくりに関する取組を始めましょう。

取組例

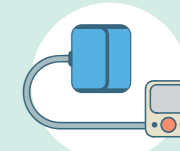
- 健康増進に向けた職場環境の整備
 - 血圧計の設置や階段利用促進ポスターの掲示 など
- 健康づくりに関する勉強会の実施
 - 食事、運動、睡眠等 生活習慣に関する勉強会 など
- 事業所に実施義務のある健診にプラスした補助
 - がん検診や禁煙治療等への補助 など

横浜健康経営認証の認証クラスAに該当！

健康課題への取組方法の例

健康課題 血圧の高い従業員が多い

- 取組例
- 塩分控えめの仕出し弁当を選ぶ
 - 社内に血圧計を設置し、血圧測定の機会をつくる



健康課題 肥満者が多い

- 取組例
- 社内の冷蔵庫や電子レンジの周辺にカロリーガイドを貼る
 - 毎日全員でラジオ体操をするなど体を動かす機会をつくる



健康課題 喫煙している従業員が多い

- 取組例
- 禁煙を促すため禁煙デーを設定する
 - 事業所全体で禁煙にチャレンジするイベントを開催する
 - 禁煙アプリの利用を勧める



健康課題 睡眠で十分な休養がとれていない従業員が多い

- 取組例
- 休憩スペースや休憩時間を設ける
 - 睡眠に関するセミナーを開催する



横浜グランドスラム企業表彰

本市が実施する4つの認定・認証制度全て取得した企業を表彰しています。

- 1 横浜型地域貢献企業
- 2 よこはまグッドバランス企業
- 3 横浜健康経営認証
- 4 横浜市SDGs認証“Y-SDGs”

働きやすい職場づくりや、健康経営、SDGsの達成など、社会のニーズに応え、地域に貢献しながら経営に取り組む企業を応援することを目的としています。