【新番組】

連続健康ドラマ『はたらく朝』

89の公的ツールでつくる、元気な会社



国の支援メニューを味方につけ、
会社という「家族」を守る物語が、
今始まります。

Gemini Notebook

「従業員は最大の財産」と分かっていても、現場は疲弊している

健康経営を推進し、皆が笑顔で働ける会社を作りたい。しかし、現実は厳しいものです。
休職者の発生、若手の離職、そして何から始めればいいか分からないまま積み上がる
「国のガイドライン」や「膨大なPDF資料」。







Gemini Notebook

オープニング：
頼もしい11の仲間たち

89の公的支援ツールは、あなたを導く「強力な味方」です

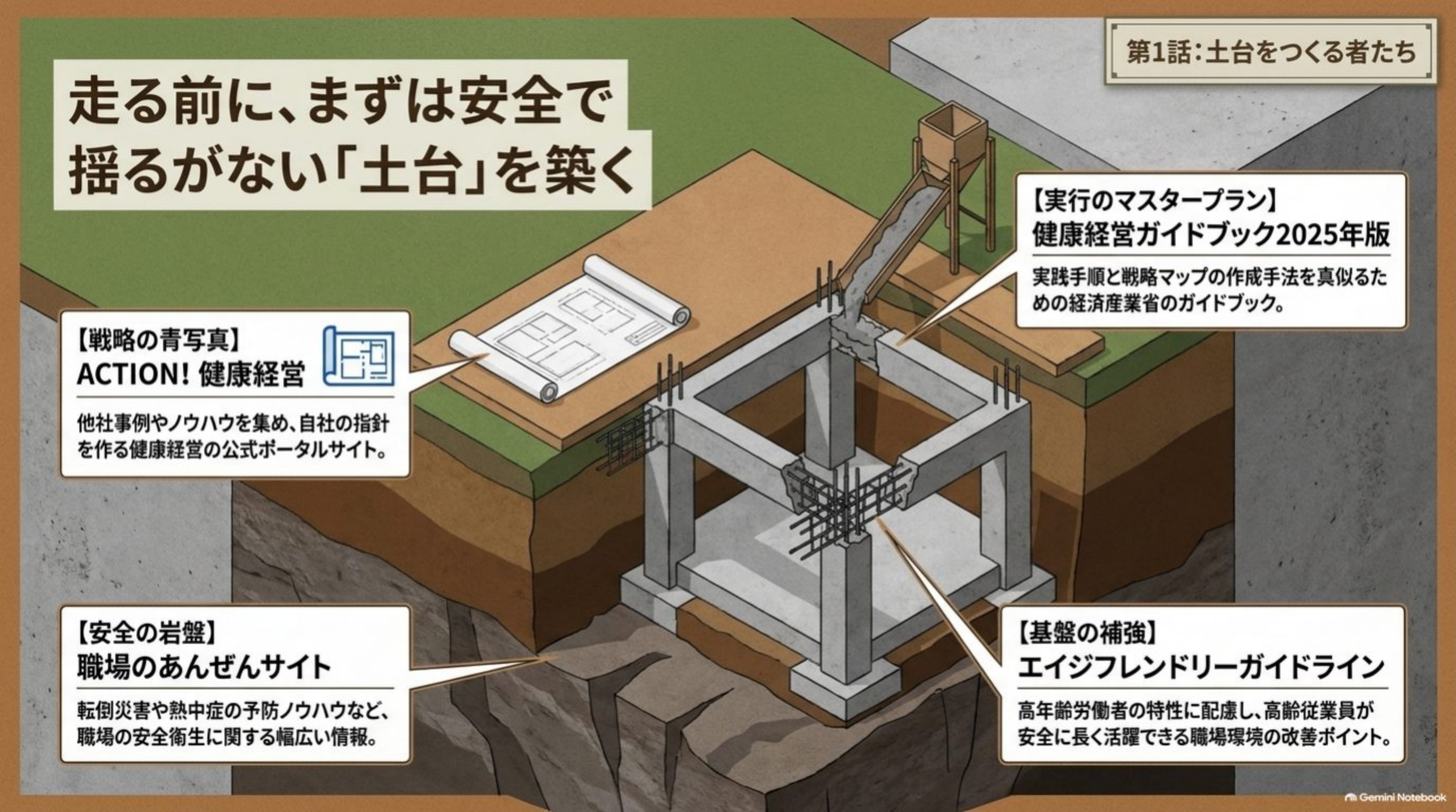
国や公的機関が提供する全89件のツール・ガイドライン・相談窓口。
これらは単なる行政文書ではなく、
あなたの会社の悩みに寄り添い、
共に解決へと伴走してくれる
「11の専門チーム」です。



Gemini Notebook

第1話：土台をつくる者たち

走る前に、まずは安全で揺るがない「土台」を築く



【実行のマスタープラン】
健康経営ガイドブック2025年版

実践手順と戦略マップの作成手法を真似るための経済産業省のガイドブック。

【戦略の青写真】
ACTION! 健康経営

他社事例やノウハウを集め、自社の指針を作る健康経営の公式ポータルサイト。

【安全の岩盤】
職場のあんぜんサイト

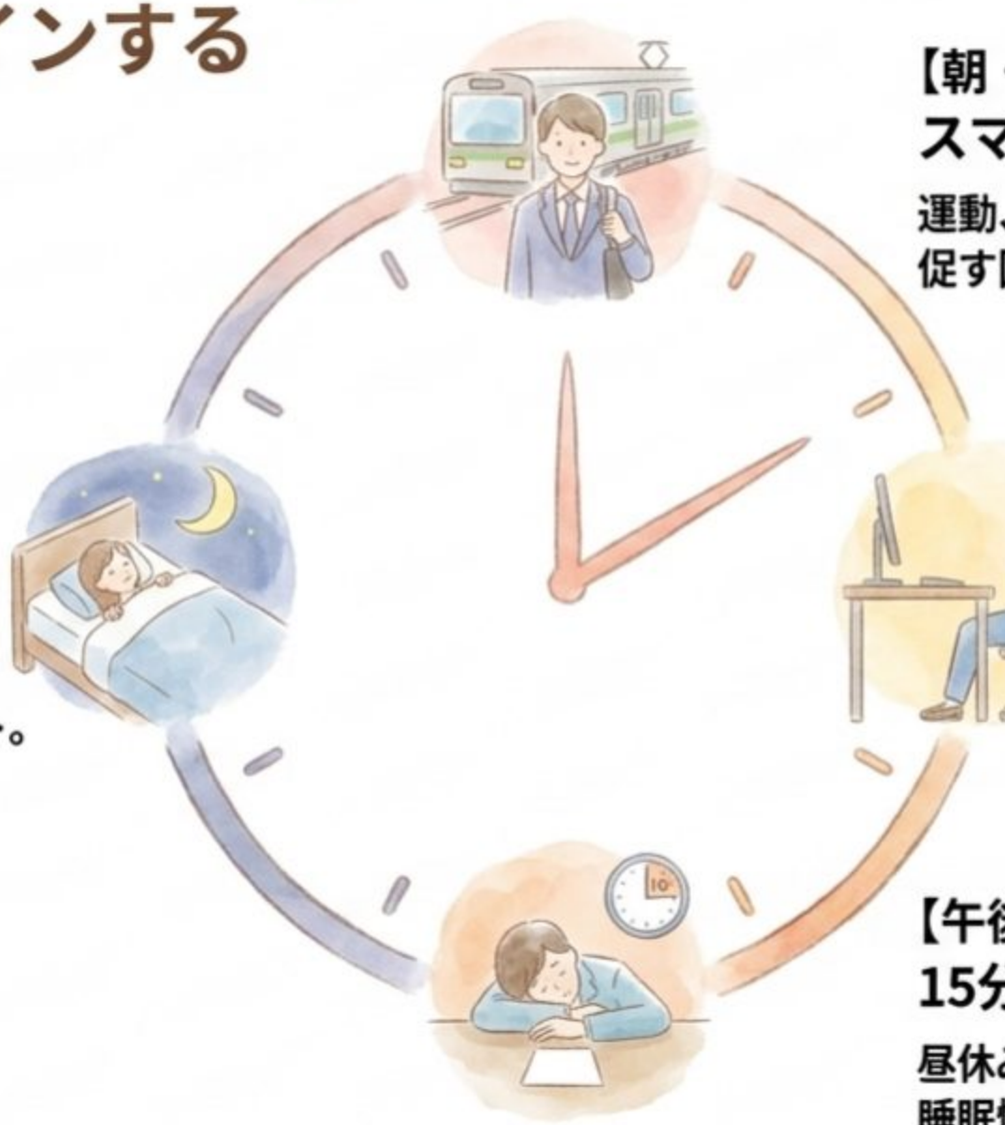
転倒災害や熱中症の予防ノウハウなど、職場の安全衛生に関する幅広い情報。

【基盤の補強】
エイジフレンドリーガイドライン

高年齢労働者の特性に配慮し、高齢従業員が安全に長く活躍できる職場環境の改善ポイント。

Gemini Notebook

働く人の「1日のサイクル」を健康的にリデザインする



【朝・通勤時】
スマート・ライフ・プロジェクト

運動、食事、禁煙への自発的な行動変容を促す国民運動ポスターで意識付け。

【日中・デスクワーク】
オフィスdeエクササイズ

椅子に座ったままできるストレッチで肩こり・腰痛を早期ケア。
働き盛り世代の運動習慣定着。

【午後・疲労のピーク】
15分でわかる働く人の睡眠と健康

昼休みの「15分の仮眠」の絶大な効果。
睡眠慣性（だるさ）を防ぐセルフケアの実践。

【夜・休息】
健康づくりのための睡眠ガイド2023

疲労蓄積を防ぎ、労働生産性を維持するための睡眠マネジメント。

Gemini Notebook

不調を防ぐ「守り」と、活力を高める「攻め」のメンタルケア

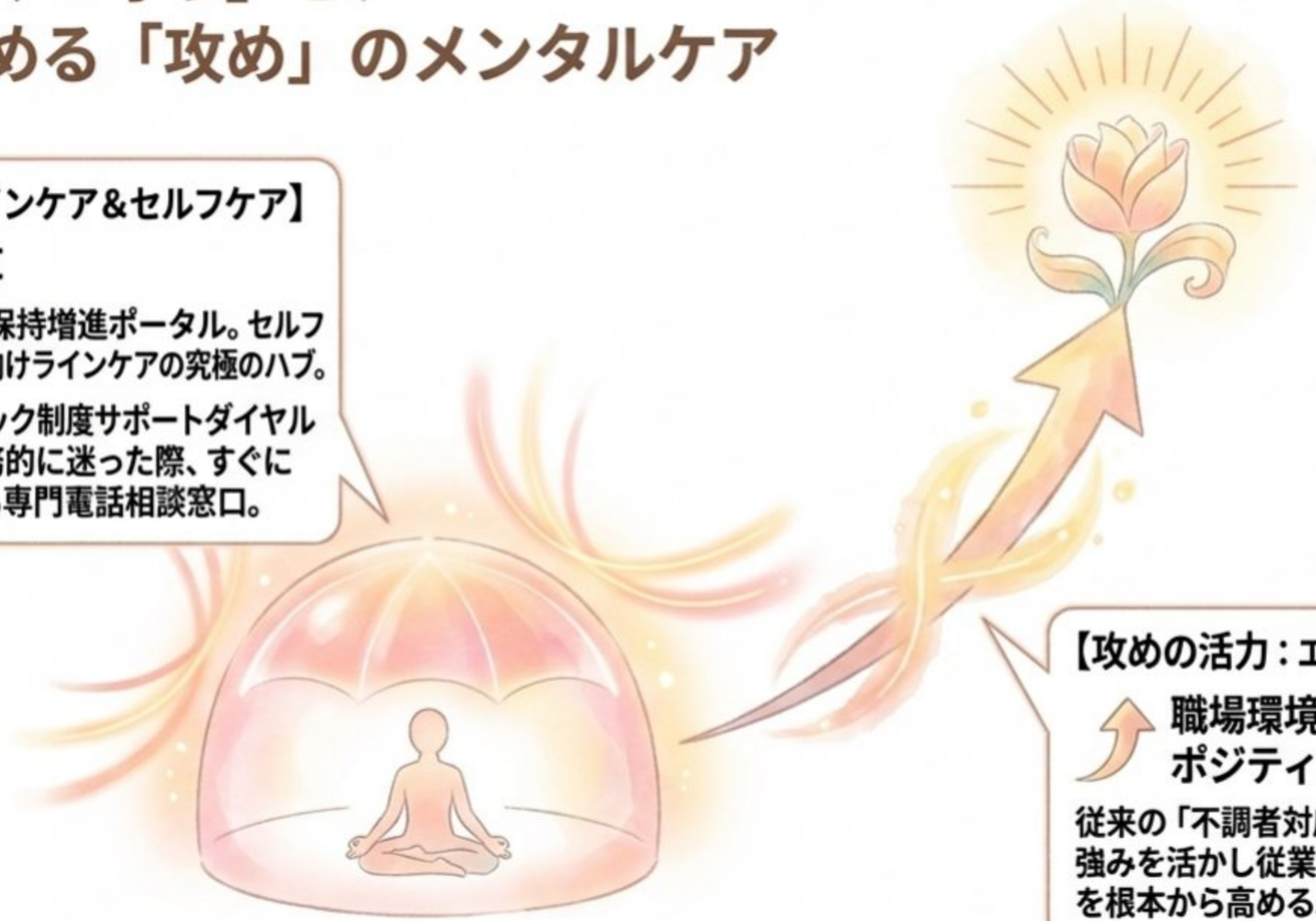
【守りの盾：ラインケア＆セルフケア】

こころの耳

働く人の心の健康保持増進ポータル。セルフのチェックと管理職向けラインケアの究極のハブ。

ストレスチェック制度サポートダイヤル

担当者が実務的に迷った際、すぐに無料で頼れる専門電話相談窓口。



【攻めの活力：エンゲージメント向上】

職場環境へのポジティブアプローチ

従来の「不調者対応」を超えて、職場の強みを活かし従業員のエンゲージメントを根本から高める5つのステップ。

Gemini Notebook

人生のあらゆる季節を共に歩み、支え合う



【人生の計画・土台】

はじめよう プレコンセプションケア

若い世代が将来のライフプランや体調に向き合うための正しいヘルスケア知識。

【女性の健康と活躍】

女性の健康推進室「ヘルスケアラボ」

ライフステージごとに変化する女性特有の不調への対策とセルフチェック。

【病気との共存】

治療と仕事の両立支援ナビ

がんなどを抱えても諦めない。社内規程の無料テンプレートや環境整備のステップ集。

Gemini Notebook

労働時間の削減から、相乗効果を生む「新しい働き方」へ

【現状の可視化】
働き方・休み方改善ポータルサイト
自社の現状をWeb上で自己診断し、長時間労働削減への具体的な手引きを得る。

働き方

生活

【柔軟な環境の構築】
テレワーク総合ポータルサイト
安心・安全なテレワーク導入と適正な労務管理の最新ガイドライン。

【広がるエコシステム】
パートナーシップ構築宣言ポータルサイト
自社だけでなく、サプライチェーン全体の共存共栄と取引適正化を進め、持続可能な経営基盤を整える。

Gemini Notebook

職場の生産性を奪う「見えない脅威」をブロックする



【感染症から守る】
職場で始める！感染症対応力向上プロジェクト
感染症BCP作成と知識定着。従業員をウイルスから守る堅牢な壁を作る。

【受動喫煙から守る】
職場で行う喫煙対策事例集
つまづきポイント別の解決策。科学的根拠に基づき、誰もが深呼吸できる空間へ。

【感染症から守る】
職場で始める！感染症対応力向上プロジェクト
感染症BCP作成と知識定着。従業員をウイルスから守る堅牢な壁を作る。

【プレゼンティーズムを防ぐ】
政府の花粉症対策3本柱
春先の集中力低下を侮らない。正しい知識とセルフケアで、花粉による生産性低下を未然に防ぐ。

Gemini Notebook

会社の「症状」から見つける、最適なサポートツール

職場の症状	診断領域	最初に頼るべき処方箋
日中、従業員に疲労感があり集中力が落ちている 	 生活習慣	 ・15分でわかる働く人の睡眠と健康  ・健康づくりのための睡眠ガイド2023
メンタル不調による休業者が増え、エンゲージメントが低い 	 心の健康	・こころの耳   ・職場環境へのポジティブアプローチ
高齢のベテラン社員の転倒や身体の負担が心配 	 安全衛生	・エイジフレンドリーガイドライン 
ライフイベント（妊娠・出産・病気）を機に離職してしまう 	 女性の健康・両立	・ヘルスケアラボ ・治療と仕事の両立支援ナビ 

Gemini Notebook

ひとりで悩まないでください。専門家が「無料」で伴走します

ガイドラインを読むだけでは解決しない個別具体的な悩みは、地域の専門窓口へ。何度でも、無料で相談に乗ってくれる強力なメンターたちが全国で待っています。





産業保健総合支援センター（さんぽセンター）

産業医・人事への専門的相談、メンタルヘルスや両立支援の個別訪問支援。



よろず支援拠点

経営課題としての健康経営の導入方法や体制整備の進め方を相談。



働き方改革推進支援センター

社労士などの専門家が就業規則の見直しや助成金活用を個別支援。



生産性向上支援センター

現場を訪問し、業務効率化や自動化の改善策実行まで伴走。

Gemini Notebook

健康経営は「義務」ではなく、会社という家族を輝かせる「物語」

89の公的ツールは、単なる情報のリストではありません。
それは、働く人々の笑顔を守り、持続可能な企業へと成長させるための確かな「羅針盤」です。

制度を整え、生活を変え、心に寄り添い、共に未来をデザインする。

あなたの会社の新しい朝が、今、ここから始まります。



さあ、あなたの会社の「第1話」を始めましょう

次週予告



【資料をダウンロード】

「全89件 有効な公的支援メニュー・活用ツール一覧」PDFをお手元に保存し、自社の症状に合ったツールを探す。

[QR CODE Placeholder]

【ポータルへアクセス】

まずは「ACTION！健康経営」にアクセスし、他社の成功事例からインスピレーションを得る。

[QR CODE Placeholder]

【専門家に相談】

迷ったら、地域の「さんぽセンター」や「よろず支援拠点」へ気軽に電話をかけてみる。

[QR CODE Placeholder]

ご清聴ありがとうございました。

Gemini Notebook