

県北地域・職域連携だより 第3号

発行年月日：平成29年8月31日

発行：県北地域・職域連携推進連絡会

平成29年度がはじまり、早いもので5か月経過しました。

さて、今年度第1回目の働きざかりの健康づくり検討部会を7月20日（木）に開催しましたので、内容について御報告いたします。今回は、新規事業の「元気で働く職場」応援事業について、モデル事業所の選定等を行い、検討部会構成員に加え関係者も参加し、23名の出席となりました。

1 平成28年度地域・職域連携推進事業実施結果について

2 平成29年度地域・職域連携推進事業実施計画について

3 平成29年度働きざかりの健康づくり研修会について

担当より説明しました。

※「働きざかりの健康づくり研修会」の詳細が決定しました！

日時：平成29年10月27日（金）13：30～15：45

場所：福島市市民会館 5階 501号室

内容

(1) 講演「あなたの職場は大丈夫？メタボ対策」

講師 福島県立医科大学医学部 衛生学・予防医学講座 講師 熊谷智広 先生

(2) 事例発表「これならできる！職場での取組」

発表者 株式会社 三本杉ジオテック 総務課 課長 菅野美佳 氏

(3) グループワーク

(4) その他



4 「元気で働く職場」応援事業について

県庁の担当者より事業について説明の後、参加者でモデル事業所の選定を行い、その結果、ノオコ一建設株式会社（福島市）と、その後の検討で桜井運送（福島市）に決定しました。

その後、仲介役となるアクサ生命と当所で、各事業所へ事業の説明へ伺い、現在の健康づくりの状況等について把握するための「エントリーシート」の記載をお願いしました。

エントリーシートの分析及び健康課題の整理については、9月8日（金）に開催します。その中で、実施計画や長期目標・短期目標について決定し、10月から各事業所へ巡回等にて健康支援を実施予定です。

また、本事業の対象とならない事業所の方へは、構成員の皆様からも健康づくりについて声掛けをしていただき、当会で実施している出前講座等の利用について勧めていただきたいと思います。チラシ等もありますので、必要時はお知らせください。

※本事業は、生活習慣病の予防、疾病の重症化予防に取り組むことで、従業員が健康で長期的に仕事ができることが可能となり、事業所の生産性を維持・向上できることを目的としています。

5 ホームページの作成について

当所のホームページに「働きざかりの健康づくりを応援！」を作成しました。地域・職域の取り組みや、健康教材の掲載等を行ってきますので、どうぞ御活用ください。



6 チラシ等の作成について

協会けんぽで実施している「健康事業所宣言」と退職後の健康支援について掲載したチラシを作成しました。今後、事業所の訪問や研修会等で活用いただけますので、必要な際はお知らせください。必要部数をお届けします。

7 その他

空気のきれいな施設、ふくしま健民パスポート事業、減塩&野菜を食べよう大作戦の事業について説明しました。特に、空気のきれいな施設につきましては、終日禁煙の事業所の皆さん、申請をお待ちしております！

「健康経営」とは？



最近、よく耳にするようになった「健康経営」。分かっているようで分からない部分、ありませんか？ 少子高齢化に伴って、職場の平均年齢が上がり、現役世代でも心臓病や脳卒中、肥満、高血圧、メタボリックシンドロームなどで体調を崩していく人がいます。体調不良は病気を発症するだけでなく、会社の経営に大きく影響することも分ってきています。

健康経営は、従業員の健康増進を重視し、健康管理を経営課題として捉え、その実践を図ることで従業員の健康の維持・増進と会社の生産性向上を目指す経営手法のことです。経済産業省においても、「健康経営銘柄」、「健康経営優良企業認定制度」を行い、健康経営を後押ししています。

健康経営研究会の岡田邦夫先生は、「退職時に健康な状態で従業員を社会に返すことは企業に求められる責務の一つ」と話されています。地域と職域が連携してこそ、実践できることではないでしょうか。

WALK BIZ



平成29年4月から、チャレンジふくしま県民運動として「WALK BIZ (ウォークビズ)」がはじまりました。これは、歩きやすい靴や服装を選んで出勤する新しいワークスタイルのことで、健康に好影響を与えます。

例えば、ヒールの代わりにスニーカーを履いたり、手が自由になるナナメ掛けのかばんにしてみたり、服装が身軽になれば、いつもの出勤や外回りも気持ちのいい散歩道に変わります。

- 1 カラダの健康：日常的に歩く習慣があれば、メタボ予防につながります。
- 2 あたまの健康：歩くと体全体の血流が良くなって、脳も活性化します。頭のもやもやが整理されて、いいアイディアも生まれます。
- 3 こころの健康：陽の光を浴びて、外の空気を吸い込む。季節や自然を感じることで、心がリフレッシュして、ストレスも和らぎます。
- 4 足の健康：外反母趾や水虫など、働く人の足はトラブルを抱えがちです。歩きやすく通気性の良いスニーカーを選ぶことで、足の健康にも気を使いましょう。

あとがき

8月は、梅雨明けしたにもかかわらず太陽が顔を
出す日が少なく、農作物だけでなく私たちも少し元
気をもらえない気がします…

靴屋さんにも、店頭のスニーカーやおしゃれな歩
きやすい靴が置いてありました。ウォークビズ、出勤
前に少し遠回りをしてみたいと思います。

事務局：県北保健福祉事務所 健康増進課

電話：024-534-4161

FAX：024-534-4105

メール：kenpoku.zoushin@pref.fukushima.lg.jp