

# 働きざかりの健康づくり研修会



働きざかりの健康づくりを職場ぐるみで取り組めるよう研修会を開催します。

今年度の内容は、働きざかり世代の2～3人に1人が「高血圧」といわれることから、高血圧から考える職場の健康管理の講演と、制度が始まったばかりのストレスチェック制度について、様々な立場の方から取組について説明いただきます。

事業主や健康づくり担当者の方をはじめ、働きざかり世代の健康づくりに関心のある方はどなたでも参加できますので、皆様の多数の参加をお待ちしています。

日時

平成28年12月9日(金)  
13:30～16:30(13:00～受付)

会場

島根県松江合同庁舎 2階 講堂  
(松江市東津田町1741-1/地図参照)  
(松江東IC 近く)



プログラム

- 13:00～ 受付
- 13:30～ 開会あいさつ(松江労働基準監督署)
- 13:40～ 講演 「健診を受けよう～血圧の適正管理～」  
講師 たまゆ内科クリニック 院長 越野 健司 先生
- 15:00～ …休憩…
- 15:15～ ラジオ体操 ～効果のある体操の実践に向けて～  
ラジオ体操指導者 酒向 武氏
- 15:50～ トピックス「ストレスチェックについて」  
(1) ストレスチェックの実際  
島根県環境保健公社 健診事業課 課長 松本氏  
(2) 会社の中での体制づくり (株)コダマ 総務部長 細田氏
- 16:20～ 情報提供
- 16:25～ 閉会あいさつ(松江保健所) (16:30 終了予定)

\*パネルの展示コーナー等もございます

申込み

11月25日(金) 〆切

申込み先

松江労働基準監督署

\*裏面のFAX送信票に記入の上、お申込みください。

研修会に参加されない場合でも、アンケートへのご協力をお願いします。

問合せ先

松江保健所 健康増進課 (TEL: 0852-23-1314)

主催: 松江労働基準監督署、島根産業保健総合支援センター、松江圏域働きざかり健康づくり推進連絡会、松江保健所  
共催: 一般社団法人島根労働基準協会 松江支部

**H28 年度 働きざかりの健康づくり研修会 参加申込 (11/25 〆切)**

事業所名	(担当者氏名 : )	従業員数 人
連絡先	TEL	FAX
研修会への参加 (〇をつけてください)	参加します (参加者数 : 名)	欠席します

◎貴事業所の状況について、下記アンケートへのご協力をお願いします。欠席の場合でもアンケートにご協力をお願いします。

(1) 従業員の健診結果から、「高血圧」の方の割合はどれくらいですか。

- ①約 ( ) %                      ②よくわからない

(2) 貴事業所では、血圧計を設置していますか

- ①設置している                      ②設置していない



設置している事業所のみにおたずねします

設置している血圧計で、毎日測定するように職場として従業員に声をかけていますか

- ①はい                      ②いいえ

(3) 貴事業所では毎日、職場でラジオ体操をされますか。

- ①全員でしている      ②一部の部署でのみしている      ③取組はない

(4) 「ロコモティブシンドローム」という言葉をご存知ですか

- ①聞いたことがある      ②聞いたことがあり意味も知っている      ③初めて聞いた

(5) 「ストレスチェック」制度は実施されましたか

- ①実施      ②未実施      ③実施に向けて検討中      ④従業員数が少ないので未実施



ストレスチェックを実施されたところのみにおたずねです

実施にあたり、悩んだ点、仕組みとして課題に感じたことなどご記入下さい

参考になった書籍や、相談機関、ストレスチェックを依頼した外部機関、どこのホームページが役立ったかなど記載ください (当日の資料として掲載するので、予めご了解下さい)

ご協力、ありがとうございました