

しまね「健」・「職」スタイルで 笑顔いきいき健康職場

職場習慣から健康を創る

「しまね健・職スタイル」は、地域経済活動の主役である“働く世代”、つまり皆さんご自身の日常の健康管理のために、I Tを活用して適切な食と運動メニューの提供、指導を行います。

食事・運動を重視

食事、運動の両面から、皆さんの生活スタイルに沿っ

て、健康な生活習慣への改善指導を行います。

継続を重視し、I T管理と情報提供、実地指導等により始めやすく続けやすい内容を開発します。地域資源を効果的に用いることで、「おいしく」「楽しく」「わかりやすい」健康増進システムをつくり、職場のための新しいトータルサポートサービスイノベーションを目指します。



健康と仕事

生活習慣病などの悪化は、企業の生産活動が停滞する危険性や医療費の増大につながるリスクをはらんでいます。

健康維持の重要性

健康職場がもたらす安定した企業経営と家計収入の維持は、地域経済への貢献となります。

しまねの地域資源

県内の豊かな食材を活用したメニュー・補助食品。島根を想わせる音楽を使用した体操。Ruby【島根発のコンピューター言語】によるシステム。

先進の地「しまね」から日本全体へ、そしてまた地域へ

島根発の先進モデルとして、いきいきとした笑顔あふれる健康職場を増やし、日本の抱える問題を解決することで、域外市場である全国への普及していけるよう皆さんと一緒に全力で取り組みます。

しまね「健」・「職」スタイル連携事業者

- 株式会社山陰プロセス T2Style 事業部……運動
- 株式会社システム工房エム…………… I T
- 丸藤伸興アゴおばさん弁当有限公司……………食事
- 株式会社伸興サンライズ（代表事業者）……連携・農産

しまね 健・職 スタイル
～職場習慣から健康を創る～



【事業概要】

当事業は、少子高齢化、過疎化が進む島根県内で、社員の健康維持により企業の人材不足や社会保障費負担の軽減を目的に、島根発ヘルスケアビジネス先進モデル構築支援事業として島根県からの委託によりスタートいたしました。

「IT」・「食」・「運動」の3つの地域資源を活用し、地域活力の担い手である“働く世代”をターゲットにヘルスケア・サービスを行うことで、健康な職場づくりの普及を目指します。

具体的な地域資源の活用とは、「IT」では島根発の言語 Ruby を使用した専用のシステムを用いて日常の健康データを管理し、ひとりひとりの状況に応じた食事と運動の指導や提供を行います。「食」の面では、スズキやシジミ等の県内食品を活用したメニュー・補助食品により、ヘルシーで栄養価の高い健康的な食事を提供いたします。そして、「運動」では島根を想起させるような音楽と運動した「健康体操」で快適な日常生活と活動的な身体づくりを行い、健康な職場づくりを推進し、地域の健康増進へとつなげる事業です。

企業・事業所様ご参加の決定

システム利用などを含めた実施環境についてご相談させていただきます。

体験職員様へのヒアリング→可否の決定

結果によってはご参加いただけない場合があります。

体験職員様への実施説明、目的・目標の設定

健康増進活動、システム利用開始

日々の活動、測定、システム入力、確認

専用のシステムへログインし、毎日の活動を記録していきます。

実地指導（運動編・食事編）

1～3か月に一度、職場での実地指導をさせていただきます。

報告書の作成

企業・事業所様、体験職員様へ報告書をフィードバックし検証します。

しまね「健」・「職」スタイル

～職場習慣から健康を創る～

連携事業者

株式会社山陰プロセス T2Styl 事業部……………TEL 0852-67-3070

株式会社システム工房エム……………TEL 0852-23-8590

丸藤伸興アゴおばさん弁当有限公司……………TEL 0852-31-5577

株式会社伸興サンライズ（代表事業者）……………TEL 0852-22-2116 E-mail:kaihatsu@sinkou-net.co.jp

お問い合わせ、お申し込みは、上記各連携事業者までお願いします。