

みんなで目指せ、健康寿命日本一！

健康経営通信



令和7年1月29日 発行 秋田県健康福祉部健康づくり推進課

健康経営や健康づくりに取り組む働き盛り世代の皆さんを応援するため、「みんなで目指せ、健康寿命日本一！健康経営通信」をお届けします。ご自身の健康や、職場や家庭での健康づくりにお役立てください。

第1回子ども健康会議を開催しました！

令和7年1月11日（土）に、にぎわい交流館AUで第1回子ども健康会議を開催しました。

この会議は、子どもたちに健康について考えてもらうきっかけとするために開催したもので、当日は「健康と運動」をテーマとして、7組12名の方たちから、家族で取り組んでいるスポーツの紹介や県民に運動に取り組んでもらうためのアプリのアイデアなど、様々な発表を行っていただきました。詳しくは、「秋田健」に掲載しておりますので、是非、ご覧ください！



<掲載ページ>

【URL】 <https://kenkou-nihon1.jp/archives/20945>

もしくはQRコードはこちら→



* 幼少期の生活習慣や健康状態は、子どもが成長する過程だけでなく、大人になってからの健康状態にも大きな影響を与えることから、子どもの頃から継続して健康について関心を持ってもらうことが大切です。職場から健康に関するリーフレット等をもたらしたら、お子さんやご家族とも共有いただくと幸いです。

☆子ども向け健康情報☆

家族みんなで活用できる、当課作成のリーフレット等をご紹介します！マグネットやリーフレットは各事業所へ提供することも可能ですので、メールや電話で健康づくり推進課（TEL:018-860-1426）までご連絡ください。

<健康寿命日本一クイズ>



健康づくりに関する、各種クイズが掲載されています。家族みんなで、是非、挑戦してみてください。

<マグネット>



5cm四方のマグネット。今年度の「秋田県健康づくり県民運動推進協議会」活動共通テーマの「プラス10分の運動」のほか、食生活に関連したのもの。

<リーフレット>



受動喫煙防止に関するリーフレット。小さいお子さんがいる方や、これから子どもが生まれる方へ。

各事業所の健康経営の取組事例 ～12月申請から～

12月は、秋田県版健康経営優良法人認定制度の申請時期でした。今回申請いただいた法人の取組事例から、参考になった取組をご紹介します。

「正しい知識の普及啓発」について

<該当項目> 3 がん検診受診率向上 (13)、4 栄養・食生活 (21)、5 身体活動・運動 (32)、6 受動喫煙ゼロ、そして禁煙 (45)、7 アルコールと健康 (52)、8 歯と口腔の健康 (57)、9 こころの健康 (63)

<情報の共有方法>

- ・給料日に給与明細と一緒に健康に関するチラシやリーフレットを配り、家族にも読んでもらうようにしている
- ・社内掲示板や、メールシステムで共有

<リーフレットの入手方法>

- ・健康経営通信を活用
- ・秋田健に掲載している、「健康寿命日本一クイズ」を活用
- ・協会けんぽ等各種健康保険組合から提供してもらう
- ・生命保険会社からもらう健康情報（チラシ）等の活用



ポスターの掲示状況や、リーフレットについては、まとめて写真撮影したものを提出するのでもOKです！

△注意△

更新申請の場合、配布したリーフレットやチラシについても、過去1年以内の取組状況の挙証資料の提出が必要です。

ポスターの更新や、新たなリーフレットの配布があった場合は、忘れずに提出をお願いします。

健康づくりのためのインセンティブの導入例

<該当項目> 5 身体活動・運動 (41) など

- ・健康づくりのための目標や、取り組んでほしい項目を社内や個人で設定し、達成数に応じて景品をプレゼント！また、期間中の達成数が多い人を忘年会や期末の社内イベントで表彰している事業所もありました。



※具体的取組等に関するQ&Aも作成していますので、ご活用ください。

(美の国秋田ネットコンテンツ番号「44563」を入力し検索

→ 「秋田県版健康経営優良法人認定制度について」ページ下部「ダウンロード」に掲載しています。)



(←QRコード)

更新申請は、1年間の取組を振り返る絶好のチャンス！
他事業所の好事例などを取り入れ、一つでも取組項目を増やせたらいいですね。
ご不明な点はお気軽にお問い合わせください！

今後の申請に関するお願い



100件近い申請を順次審査しているため、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

○挙証資料の添付について

- ・申請評価シートの具体的取組欄に、(資料添付あり)などと記載し、挙証資料にも、それぞれ項目番号を記載いただけますと、審査する上で大変助かります。

- ・添付資料の容量が大きくなると、県のメールの関係で受信できず、複数回に分けての提出をお願いしたり、確認のため連絡を取らせていただくなど、ご負担をおかけすることが多くなってしまいます。

県では、提出のため電子申請を導入しております。容量の心配が少なくなるほか、資料の郵送代も節約できます。まだ利用されていない方は、次回申請の際に是非、活用をご検討ください。

- ・また、添付資料の容量を減少させる方法として、エクセルやワードに画像データを貼り付ける、zipファイルにまとめるなどもおすすめです。

発行元 秋田県健康福祉部健康づくり推進課 電話：018-860-1426 E-mail：kenkou@pref.akita.lg.in

この資料を従業員向けの情報提供を目的とした配布や掲示、社内広報等へ掲載することは自由です。

上記以外の目的での使用については、お問い合わせください。

