

みんなで目指せ、健康寿命日本一！

# 健康経営通信



令和7年9月26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。

## 秋田県健康づくり県民運動推進協議会総会を開催しました！

令和7年9月2日に、秋田キャッスルホテルにおいて「秋田県健康づくり県民運動推進協議会総会」を開催し、協議会員などの関係者約100名にご出席いただきました。

### ○健康秋田いきいきアクション大賞

令和6年度のテーマ「プラス10分の運動でいつまでも元気な身体づくりに取り組もう！」に沿った活動を実践した、4団体のプレゼンテーションと会員投票を行いました。

#### 【最優秀賞】秋田マテリアル株式会社

「BEHAPPYの実現へ「健康経営」で目指すこと」

#### 【優秀賞】

##### 株式会社エコリサイクル

「安全・安心・健康のためムリなくBMI数値を25未満に削減」

#### 【優秀賞】

##### SOMP Oひまわり生命 保険株式会社 秋田支社

「MYひまわりアプリを活用して「プラス10分の運動でいつまでも元気な身体づくりに取り組もう！」」

#### 【優秀賞】

##### 株式会社タクミ電機工業

「運動を通じた健康増進とコミュニケーション活性化」

### 「秋田県健康づくり県民運動推進協議会」令和7

発表いただいた団体の皆様です。  
(小泉医師会長、鈴木知事も参加！)



※今回発表いただいた団体はすべて、「秋田県版健康経営優良法人」です！

### ○基調講演「睡眠で守るからだ・こころ・未来ー働き盛り世代から始める健康寿命づくり」 眠りのクリニック神楽坂 伊東 若子氏

働き盛り世代に大切な、睡眠のポイント等についてアドバイスをいただきました。



### ○今年度の実践活動共通テーマ

「Good Sleep (ぐっすり) で からだもこころも健康に！」

#### 令和7年度実践活動共通テーマ

Good Sleep(ぐっすり)で  
からだもこころも健康に！

令和8年度「健康秋田いきいき  
アクション大賞」の応募テーマと  
します



テーマに沿った取組を実践していただくとともに、  
来年度のアクション大賞への応募をお待ちしています！

☆秋田県版健康経営優良法人認定制度での実践例☆  
申請評価シート「9 こころの健康」  
(必須項目) 過重労働対策や長時間労働、連続勤務の防止  
(その他の取り組み)  
睡眠不足やこころの健康に関する研修会の開催 など…

## 「第2回子ども健康会議」を開催します！

県では、子どもを中心とした多くの県民に健康づくりを考え、体験してもらうために、県の健康づくりの日（10月第一日曜日）に合わせて、イベントを開催します。

当日は、子どもたちからの健康づくりに関するアイデア発表などのステージイベントや健康づくりを体験できる様々なブースをご用意していますので、是非、ご家族そろってお越しください！

＜日時＞  
令和7年10月5日（日） 10:00～16:00

＜会場＞  
イオンモール秋田セントラルコート

＜実施内容＞  
○ステージイベント  
・子どもたちからの健康づくりに関するアイデア発表  
・キッズダンス  
○ブース出展  
ベジチェック®、マイサイズ試食コーナー、健康チェック、体力・体組成測定 など



詳しくはこちらから

## 中学生から20代を対象としたがんに関するセミナーのご案内

【秋田県版健康経営優良法人認定制度での関連項目】申請評価シート「3 がん検診 受診率向上」

県では、若い世代の方々が、がんを"自分ごと"として捉え、AYA (Adolescent and Young Adult (思春期・若年成人)) 世代のがんやがん患者について正しく理解し、がんとの共生社会の実現に向けた意識の醸成を図ることを目的にセミナーを開催します！

若手職員の皆さま、将来のために今からできることを一緒に考えてみませんか？

また、対象となるお子様がいらっしゃる職員の皆さまは、お子様とご一緒にの参加もお待ちしています。

＜対象＞  
中学生～20歳代のどなたでも  
(男女問いません。保護者の方の付き添いも可能です。)

＜内容＞  
・乳がん看護認定看護師、がん経験者のお話  
・ワークショップ

＜申込＞  
令和7年10月24日（金）まで  
※人数に達し次第終了します。  
(参加費無料)

詳しくはこちらのQRコードから▶

