

みんなで目指せ、健康寿命日本一！

健康経営通信



令和8年9月15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8年9月7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7年度のテーマ「Good Sleep（ぐっすり）でからだもこころも健康に！」に沿った活動を実践した、2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

「健康経営2026×GOOD SLEEP プロジェクト」

【優秀賞】

秋田県在宅保健師等ゆずり葉の会

「アンケートで自分の睡眠を振り返り、より良い睡眠を手にいれよう」

「秋田県健康づくり県民運動推進協議会」令和

アクション大賞を受賞したみなさんと、鈴木知事、小泉医師会長、あきた健康大使の竹脇まりなさん



（基調講演講師の樋口先生→）

（↓会場の様子）



○基調講演「健康経営を、会社の力に。～どうしたら、社員が、健康になれるのか～」 株式会社ルネサンス執行役員健康価値共創部部長 樋口 毅 氏

会社が「なぜ健康経営に取り組むのか」から健康づくりのためのナッジ（仕掛け）事例集まで、健康経営のヒントに繋がる様々な内容をわかりやすくご紹介いただきました。

樋口先生のご厚意により、当日の資料については後ほど、認定事業所に共有させていただきます。

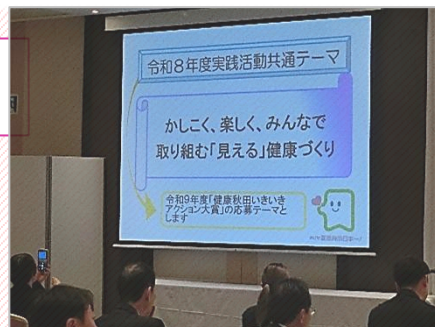
○今年度の実践活動共通テーマ

かしこく、楽しく、みんなで取り組む「見える」健康づくり

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☆

- ・受動喫煙防止対策として、社内環境を整備
- ・従業員の運動機会を増やすため、ウォーキングイベントを開催
- ・ナッジに基づき、消費カロリーや歩数を表示し、階段利用を呼びかけ など…



3.4kcal消費



心はればれゲートキーパー養成講座のご紹介

※この取組は、申請評価シート「9 こころの健康_67_「秋田県心はればれゲートキーパー養成講座」を受講した管理職や従業員が在籍してしている。」に該当します。

身近な人の「気持ちの落ち込み」に気付いたとき、あなたはどんな「声かけ」をしますか？
「心はればれゲートキーパー養成講座」では、話の聞き方、関わり方、必要な支援へのつなぎ方について、学ぶことが出来ます。職場でのメンタルヘルス対策に、是非受講をご検討ください！

開催日	会 場	講座の詳細
①9月17日(木)	能代保健所2階 会議室 能代市御指南町1-10 ☎ 0185-52-4331	<ゲートキーパー養成講座> 山本地域振興局福祉環境部(能代保健所) <メンタルヘルスに関する講話> 市立秋田総合病院精神科 科長 内藤 信吾 先生
②10月14日(水)	由利地域振興局 3階 大会議室 由利本荘市水林366 ☎ 0184-22-5432	<ゲートキーパー養成講座> 秋田ふきのとう県民運動実行委員会 <メンタルヘルスに関する講話> メンタルクリニック秋田駅前 院長 稲村 茂 先生
③11月18日(水)	秋田地方総合庁舎 6階 601会議室 秋田市山王4丁目1-2 ☎018-860-1422 (県保健・疾病対策課)	<ゲートキーパー養成講座> 秋田ふきのとう県民運動実行委員会 <メンタルヘルスに関する講話> 秋田回生会病院 院長 松本 康宏 先生

※開催時間はいずれも14時から15時半です。
※オンラインでの受講を希望する場合は、事務局にご相談ください。



お 申 込 み
お 問 い 合 わ せ

秋田ふきのとう県民運動実行委員会 事務局

<https://www.fuki-no-tou.net/>

〒010-0921 秋田市大町3丁目2-44 協働大町ビル3F

TEL018-853-1831 FAX018-853-9758



若い世代からのがん教育事業のお知らせ



知って、聴いて、考えてみよう

もしもの時に
慌てないために

—がんを知ってがんへ備えよう—

知る

これからの私たちが
知っておきたい若い
世代のがんのことを
学びます

聴く

がんの体験者さん
からお話を聴くこと
ができます

考える

グループワークで自分の
これから大切な人との
ことを考えるきっかけに
なります

このイベントでできること

日時
2026年
10月3日(土)
13:30～15:00(受付13:00～)

会場
秋田大学医学部
本道キャンパス
医学部保健学科
アクティブラーニング室

対象
中学生～
30歳代くらい
の方

お申込み方法
参加の申し込みは
こちらの二次ページから
申込専用
申込専用ページ
会期前日**9月30日(水) 12:00**まで

参加費
無料

事前申込
定員**30名**

駐車場
あります

お問い合わせ：秋田大学医学部附属病院
地域医療患者支援センター
がん相談支援センター
018-884-6277 (平日9:30～17:00)

主催：秋田県
共催：秋田大学医学部附属病院
地域医療患者支援センターがん相談支援センター
協力：秋田大学保健学
秋田県がん対策推進協議会
株式会社ボーラ

県では、若い世代の方々が、A Y A（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することでがんを“自分ごと”として捉え、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講習会を開催します。

<日時> 令和8年10月3日（土）13：30～15：00

<対象> 中学生～30歳代（定員30名）

<会場> 秋田大学医学部本道キャンパス 医学部保健学科
アクティブラーニング室

詳しくはこちらから➡
(美の国あきたネット)





申込みフォームはこちらです↑

×切は
9/30（水）
正午まで
です！