



頑張りました！こんなこと！！

島根県理容生活衛生同業組合
松江橋北支部 様

- ・がん検診の受診勧奨
- ・市からの情報を組合加盟店へ提供

島根県理容生活衛生同業組合
八束支部 様

- ・がん検診の受診勧奨
- ・市からの情報を組合加盟店へ提供

協和地建コンサルタント株式会社 様 健康講座（H29. 6. 5）

生活習慣予防講座



1600 Kcal 食事モデルや塩分モデルをみても
らっています。

「あれ？塩分とりすぎ！？」

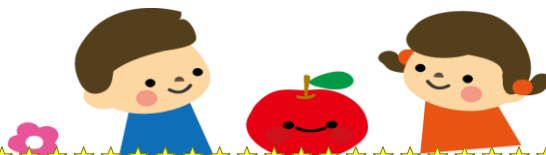
「これくらいが1食の適量なの??」

「自分の適性体重ってどれくらい？」

立ち上がれますか？！

どんどん低くなるとどうでしょう…。

下肢の筋力を測っています！！



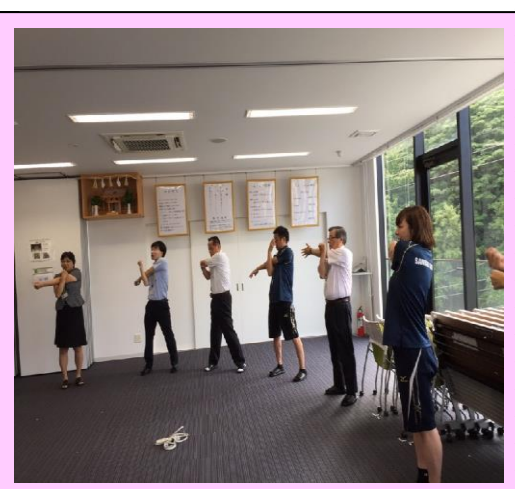
「さんびる」様の取組み紹介



敷地内禁煙！！



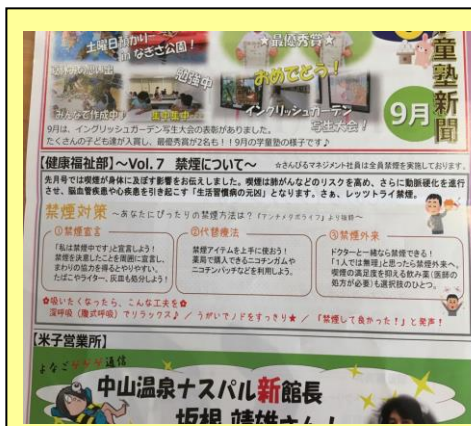
けんしんポスター掲示



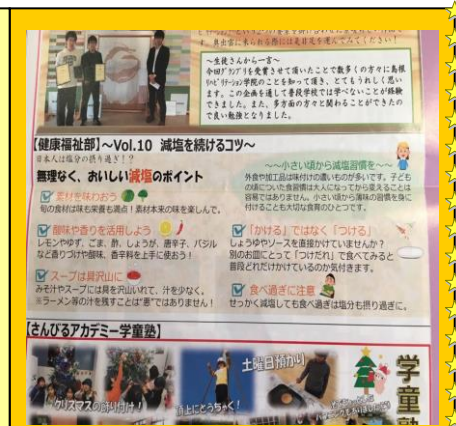
朝の体操



社内報①「歯周病」



社内報②「禁煙対策」



社内報③「減塩」

就業時間内に
受診できる配慮
もあります♡



血圧測定、体重測定いつでも！



スポーツ行事



スポーツ大会参加

この瓦版に関するお問い合わせは…

松江市健康推進課 保健企画係 ☎60—8174