

健康まつえ応援団瓦版



第19号
H30.3月発行
松江市健康推進課

健康まつえ応援団の皆さまには、従業員の皆様に向けた健康づくりの取り組みと、さらに市民に向けた健康づくり啓発にご協力いただきありがとうございます。

今回は、新規登録事業所様と、中電技術コンサルタント様の活動を紹介します。

51号 株式会社 長岡塗装店 様

業種

建設業（塗装工事）

所在地

松江市西嫁島1丁目2番14号

健康づくり

活動（一部抜粋）

がん検診受診勧奨

- 35歳以上100%受診
- がん検診費用全額助成
- 検診を就業時間内
- 精密検査を就業時間内

健康診査受診勧奨

- 健康診断100%受診
- 健診費用全額助成
- 健診を就業時間内
- 精密検査を就業時間内

健康づくりの取組

- 血圧計の設置・記録
- 運動器具の設置
- マッサージ機の設置

たばこ対策

- 喫煙室の設定
- 禁煙支援
- 社用車内禁煙推進

職場環境への配慮①

- 病気の治療や家族看護、歯科通院のための勤務時間への配慮

職場環境への配慮②

- 安心してくつろげる休憩スペースの確保
- 大事な事柄は視覚化して共有し、ストレス減少をはかる

52号 有限会社 天野钣金工作所 様

業種

建築板金業

所在地

松江市富士見町3-26

健康づくり

活動（一部抜粋）

がん検診受診勧奨

- 検診の実施・呼びかけ
- 検診の情報提供

健康診査受診勧奨

- 無料検診・費用一部負担
- 検診を就業時間内

健康づくりの取組

- 禁煙室の設定



裏面へ

中電技術コンサルタント株式会社様 「知りたい骨年齢！骨粗しょう症に備える」



平成 30 年 1 月 24 日、大雪の中皆様にご温かく迎えていただきました。

- ①骨密度測定（足の踵で測定）
 - ②自分の結果を知る
 - ③骨粗しょう症に備える生活を知る
- の3つのテーマで、出前講座を開催。

とにかく、骨密度測定の結果が良い方ばかりで驚かされました。

小笹支社長をはじめ「健康」や「自分の体」について大変熱心な職場でした。

【お知らせ】

3月から4月は、人との別れ・出会い、環境の変化等、めまぐるしい変化がおきる季節です。

左は、厚生労働省作の自死対策強化月間ポスターです。

自死まで至らずとも、誰もが悩みを抱えずにすむように、相談電話番号等をお知らせします。



このころの健康相談統一ダイヤル
0570-064-556
相談対応曜日・時間は都道府県によって異なります。

さまざまな支援方法を検索できる 支援情報検索サイト
<http://shienjoho.go.jp/>

よりよいホットライン 24時間受付
0120-279-338 FAX 03-3868-3811
0120-279-226
自中退・官休退・都道府県内からかけの方向けのダイヤル（東京都内のみ）

詳しくは、厚生労働省 自殺対策推進室のHPや「いのちつながりFacebook」を御覧ください。 自殺対策 検索

いつでも・誰でも・どこでも「いのち支えるゲートキーパー」とは

- 変化に気づく
- じっくりと耳を傾ける
- 支援先につなげる
- 温かく見守る

3月は、自殺対策強化月間です。

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