

地域・職域連携推進協議会

R5.12.19
健康づくり推進協議会
資料4

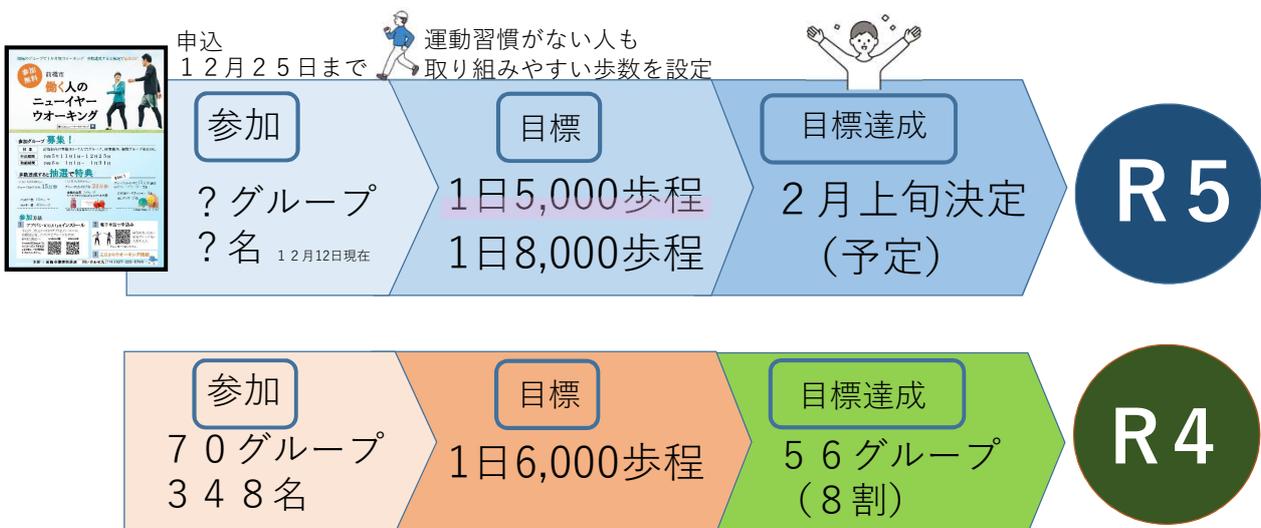
令和5年度

働く人世代への取り組み

現状報告



働く人のニューイヤーウォーキング



【企業訪問】GO!GO!ウエルネス号が行く！



GO!GO!ウエルネス号が行く
健康経営に積極的に取り組んでいる企業を紹介！令和5年度版

株式会社 みまつ食品 上大島町2-1

製造業 餃子・焼売など中華惣菜の製造をしています 従業員314名
製造・惣菜・惣菜・品質管理などの部署があります。部署によって年齢層は様々ですが、18歳〜75歳まで定年まで働いていらっしゃいます！

健康経営の取り組み

担当者にお話をしました！
募集チャレンジ90日！
募集したい気持ちが少ない人もある人に、総務部が電話かけや方は、募集カレンダーに記入するのみ、失敗も多いですが、チャレンジする気持ちが大事！1日でも積み重ねて「次は5日目標そう」と声かけすることもあります！

健康経営の取り組み
健康経営の取り組み
健康経営の取り組み

メンター制度導入

先達が新人の抱えている不安や悩みを解消し、いそ早く会社に馴染めるようサポートをする「メンター制度」。仕事を教える教育係とは別に、メンターも新人をサポート！メンターは、業務内容以外のことを教えます。例えば、有給申請方法やお弁当の注文方法、更衣室の使用方法などメンターへの気軽な相談として、総務部と相談しながら、一緒にサポートを差めています。
メンター制度を始めて3年経過。以前は社員のみの制度でしたが、現在はパートタイマーにも始めました。メンターの存在は、教育係の負担軽減にも効果的だと思います！

今後

運動イベントを取り入れたいと思っています！新緑のオーケストラや、みんなの歩数で全園一周の目標を目指すなど、現在検討中です。

わが社の取り組み「GO!GO!ウエルネス号」は、従業員の健康づくりに取り組む企業を応援しています。GO!GO!ウエルネス号従業員の健康は、企業の財産です。

前橋市は、従業員の健康づくりに取り組む企業を応援します！
お問い合わせ先▶前橋市保健センター健康推進課 TEL:027-220-5788

GO!GO!ウエルネス号が行く
健康経営に積極的に取り組んでいる企業を紹介！令和5年度版

有限会社 **グルメフレッシュ・フーズ** 下大島町995

食品加工・卸売業 食肉の入荷から製造・販売まで自社で行っています 従業員86名
営業は、営業・開発・製造・品質管理・総務があります。積極的に健康の機会を設けて、従業員のよい職場環境づくりを心がけています。

健康経営の取り組み

担当者にお話をしました！
健康経営の取り組み
健康経営の取り組み

健康経営の取り組み
健康経営の取り組み
健康経営の取り組み

面談とは...

STEP1 担当者が元気のない社員に気が付いたり、周りの社員がいつも何か違うと気付く。
STEP2 「ちょっと話そうよ〜」と気軽な雰囲気です声をかけ、個室で話を聞く。1回20〜30分程度。
STEP3 相談に対し、対策がどれくらい現場と共有。
STEP4 今では、社員の方から「ちょっと聞いて〜」と声をかけてもらうこともあります。

わが社の取り組み「GO!GO!ウエルネス号」は、従業員の健康づくりに取り組む企業を応援しています。GO!GO!ウエルネス号従業員の健康は、企業の財産です。

前橋市は、従業員の健康づくりに取り組む企業を応援します！
お問い合わせ先▶前橋市保健センター健康推進課 TEL:027-220-5788

令和5年度
7社に企業訪問
計17社紹介



健康教室

(出前講座)

働く世代に魅力的な
テーマを追加

健康教室
のご案内



分類	テーマ	内容
健康全般	「健康まえばし21」について学ぼう	・健康まえばし21とは ・健康寿命とは ・前橋市民の健康状況 ・カラダにいいこと+1
	気になる！健康投資の始め方 NEW	・これからの人生を健康で楽しく生きるために、「今」できることから始めよう
	あなたを守る血管やわらか習慣	・コレステロールと血管の関係 ・血管もアンチエイジング
	子ども大人も知らないうちに喫煙者!? 〜防ごう！受動喫煙〜	・たばこは〇〇 ・受動喫煙の真実 ・受動喫煙防止の極意
栄養・食生活	油断しないで！誰にでもおこる熱中症 〜早めに！しっかりと！予防が大切！〜	・熱中症発生の現状 ・熱中症の予防法 ・熱中症の救急処置
	忙しくて大丈夫！野菜のとり方術	・野菜を食べるメリット ・野菜をたくさん食べるコツ
運動	おいしく減らす食塩教室	・塩分のはたらき ・減塩のポイント ・各食品の塩分相当量
	食から始めるメタボ予防 NEW	・5年後、10年後の健康のために
歯と口	立ち上がり テスクワーズ! 〜お昼の10分間エクササイズとお口のミニワークス NEW	・働く人向け！昼休みにできるながら運動 ※人数によっては簡単な計測も可能です(体力測定や片足立ち測定など) お口のトラブルを未然に防ぐためにできること
	すきま時間に最適！心とからだのリラックス	・ミニ講話と簡単な10分間エクササイズ
その他	オーラルケアで免疫力UP! 〜アフターコロナでのお口のケアを見直そう〜	・むし歯、歯周病とは ・歯周病と全身の病気の関係 ・お口のケアで細菌やウイルスを減らそう
	Face&Mouthトレ〜今すぐできるオーラル体操〜	・「マスクかけ」にさようなら！ お口のたるみ改善「お顔の筋トレ」始めよう！
その他	若いうちからコツコツ骨貯金	・予防の3つのポイント ・運動 ・日光 ・食事
	忙しいあなたへ！乳がんから身を守ろう 〜プレスト・アウェアネス〜	・乳がんを知ろう ・乳がんを防ぐ生活習慣 ・乳がんを早期発見するために

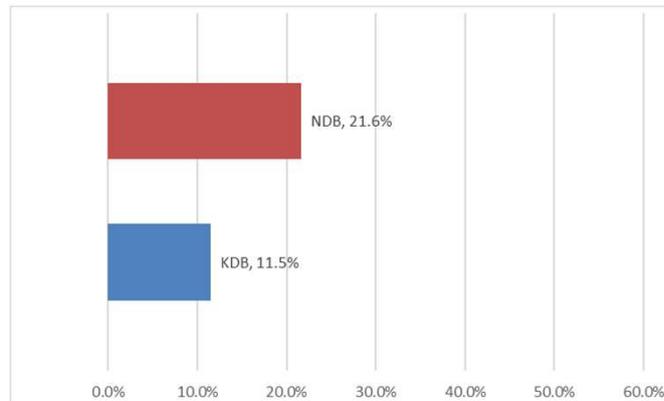
働く人の喫煙状況



40～74歳

特定健診受診者の喫煙状況

令和3年度 喫煙率KDBとNDBの比較



KDBとNDBオープンデータを基に作成

教えてください

働く人の喫煙状況



- 職場において、おおよその喫煙者の割合
- 喫煙のきっかけ、禁煙できない理由（予想）
- 受動喫煙対策や禁煙促進の取り組み
- 禁煙者の成功事例、禁煙のきっかけ、会社としての取り組み
- 喫煙デビューさせないための取り組み
- こんな取組あったらいいな