

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

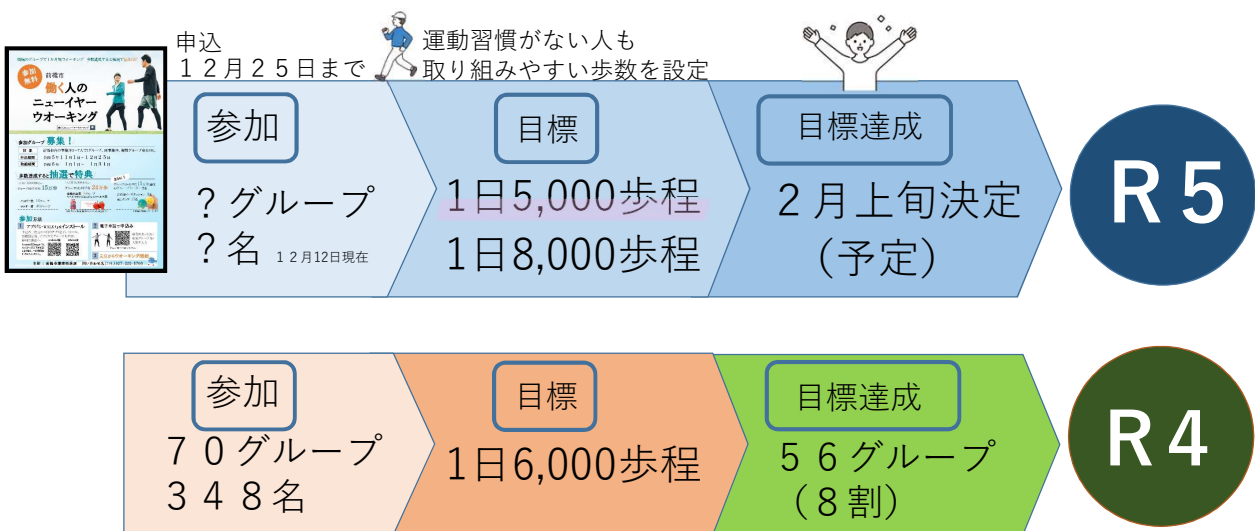
令和5年度

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あってもある人に、総務部が面接予約をかけたりは、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
総務は、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。
STEP3 相談に対し、対策がどれくらいの時は現場と共有。
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



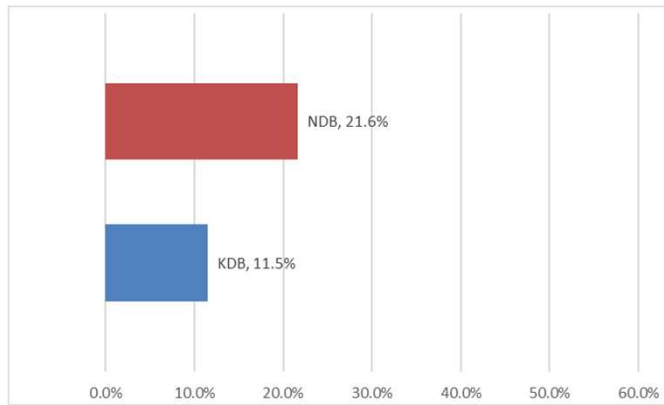
分類	テーマ	内容
健康全般	「健康まえばし21」について学ぼう	・健康まえばし21とは ・健康寿命とは ・前橋市民の健康状況 ・カラダにいいこと+1
	気になる！健康投資の始め方 NEW	・これからの人生を健康で楽しく生きるために、「今」できることから始めよう
	あなたを守る血管やわらか習慣	・コレステロールと血管の関係 ・血管もアンチエイジング
栄養・食生活	子ども大人も知らないうちに喫煙者!? ~防ごう！受動喫煙~	・たばこは〇〇 ・受動喫煙の真実 ・受動喫煙防止の極意
	油断しないで！誰にでもおこる熱中症 ~早めに！しっかり！予防が大切！~	・熱中症発生の現状 ・熱中症の予防法 ・熱中症の救急処置
運動	忙しいけど大丈夫！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
	おいしく減らす食塩教室	・塩分はたらき ・減塩のポイント ・各食品の塩分相当量
その他	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
	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~	・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
歯と口	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
	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
その他	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！
	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
その他	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