

▼にしあいづ福祉会のロゴマーク！



健康ポイント手帳を使った健康づくり にしあいづ福祉会の健康経営の取り組み

町では、町内で働く人の健康づくりを応援するために「こゆりちゃん健康ポイント手帳」の活用を推進しています。

今回は、にしあいづ福祉会でのポイント手帳を活用した取り組みを紹介します。

◀インタビューに答えてくれたのは、左から田崎美香さん、伊勢亀久美子業務執行理事、武藤恵子さん

Q 1. 職場で健康ポイント手帳に取り組みようと思ったきっかけは何ですか？

A. 何年も前から「職員が長く働き続けるためには健康が大切」という考えがありました。令和3年に協会けんぽの「健康事業所宣言」をしたことをきっかけに、「こゆりちゃん健康ポイント手帳」を主軸とした職員の健康づくりを始めました。昨年は積極的な健康づくりをしている事業所として「ふくしま健康経営優良事業所」に認定されました。

Q 2. 職員に活用を促すためにどんなことをしていますか？

A. 令和5年度から、毎月事業所別の参加率を公表したり、各事業所の衛生委員で声掛けをしたりしています。毎月のポイントはタイムカードに記入してもらっており、取り組む人の割合は、令和5年7月は30%でしたが10月は60%と倍に増えました。

Q 3. 職員が取り組みやすいようにどんな工夫をしていますか？

A. “健康づくりも業務の一環”とし、ラジオ体操を毎日業務時間内に行い、血圧計を各事業所に1台ずつ置き、いつでも測れるようにしています。初めから全てをやるのは大変なので検温や歯磨きなど、取り組みやすいことから記入するように声掛けをしています。



Q 4. 取り組んで変化はありましたか？

A. 「野菜が摂れていなかった」「体操と運動が違うことに気づいた」などの声があり、健康づくりを普段から意識する職員が増えたように思います。

Q 5. これからさらに取り組みたいことはありますか？

A. 職員の健診結果をみると血圧や脂質の値が高い人が多いため、食生活の改善に取り組みたいです。今年町保健師を講師に招き、職員研修を行う予定です。

すごいな！むし歯のない子



じゆな
坂井 珠愛ちゃん
(安座)

11月16日、3歳児1人を対象に健康診査を行った結果、むし歯がありませんでした。

健康ポイント手帳が、血圧や体重の測定、歯磨きなどの健康づくりに取り組むきっかけになって、勤務中でも取り組める工夫もされているので、みんなで無理なく続けられますね！



健康増進課 健康支援係
ほなみ
内山 豊夏美 保健師