

HEALTHY LIFE

企業と社員みんなで取り組む

「健康経営」を始めましょう！

▶健康経営とは？

従業員などの健康管理を経営的な視点から、戦略的に実践することです。従業員と一緒に健康の維持・増進に取り組むことで会社の活性化やイメージ、業績を向上させていく取り組みです。

県と協会けんぽの協働事業

働き盛りの健康づくり支援事業～事業所まるごと健康宣言～

平成30年度優良取組事業所表彰（知事賞）の主な取組例を紹介します！

○三和建鐵 株式会社（丸亀市）

- ・従業員全員に歩数等を測定する活動量計を配布し、歩数の目標設定と達成率の把握により運動習慣の定着を促す。
- ・社長宅の畑で野菜を栽培し、収穫した野菜を従業員に配布することにより野菜摂取量の増加を促す。



○緑造園興業 株式会社（高松市）

- ・クロスカントリー大会に参加し、従業員全員が役割を担うことで、従業員間のコミュニケーションを促す。
- ・勤務時間内の通院や作業内容の配慮を行うなど病気の治療と仕事を両立できる職場環境の整備を行う。



○株式会社 橘一吉工務店（高松市）

- ・社内規程に産休・育休、妊娠中の母子健康管理の措置について明文化するとともに、女性特有のがん検診を2年ごとに事業所負担で実施するなど、女性従業員の職場環境整備を行う。



平成30年度
授賞式

これらの取組例を参考にできることからチャレンジしよう！

☆☆出前講座を受付けています。☆☆ 詳しくは、添付チラシをご覧ください。

▶健康経営を始めるには？

中小企業事業者の方は、協会けんぽ等の医療保険者が実施する「健康宣言」事業に参加しましょう。
※共済組合、国保組合については、「健康宣言」事業を実施していない場合があります。

▶個人での健康づくりは？

香川県民の健康づくりを応援するアプリ「マイチャレかがわ！」を活用し、個人でウォーキングや朝ごはんを食べるなどの目標「マイチャレンジ（マイチャレ）」を決めて、楽しみながら健康づくりを実践しよう！



無料ダウンロードできます！

マイチャレかがわで検索
<https://mychallenge-kagawa.com>



三つ星ヘルシーランチ店 ガイドブック2019

を新しく作成しました！



市町の健康福祉関係課や各保健福祉事務所、
県庁健康福祉総務課などに置いてあります。
かがわの食育ホームページ「かがわの食育
おいしいね！かがわネット」からご覧になれます。

<http://www.pref.kagawa.lg.jp/kenkosomu/shokuiku/>

香川県内の事業所様へのお知らせ

従業員の健康づくりに



出前講座

無料

を実施しております。お気軽にご相談、ご利用ください。

香川県では、事業所の健康づくりを応援するため、保健福祉事務所の管理栄養士や保健師による出前講座を実施しています。

従業員の研修に、健康に関する出前講座はいかがですか？
血管年齢や肺年齢測定等、簡単な健康チェックもできます。
昼休み中の短い時間でも実施可能です。

メニュー

① メタボリックシンドロームについて

肥満、生活習慣病予防、運動習慣、健診など

② がんについて

がんに関する知識、がん検診など

③ こころの健康づくりについて

休養に関する知識、睡眠、飲酒など

④ 食育について

朝食、野菜摂取など

⑤ 喫煙対策について

受動喫煙、禁煙支援、COPD（慢性閉塞性肺疾患）など

⑥ 運動について

ロコモティブシンドロームなど



お申込みは、
裏面をご覧ください。

香川県民の現状

- ✓ 全国と比べてメタボリックシンドロームの該当者や予備群が多く、糖尿病の死亡率も高い！
- ✓ 20～30歳代は、朝食を食べる人の割合が低く、野菜摂取量も少ない！



がん征臣イメージキャラクター
ソウキくん

香川県

出前講座 お申込み用紙

このまま、FAXにてお申込みください。

事業所名	
ご担当者様の 部署及び氏名	後日、打合せのためにご連絡いたしますので、ご記入ください。
事業所の所在地 電話番号	
メールアドレス	
開催希望日時	① 月 日 () : ~ : ② 月 日 () : ~ : 原則、月曜日から金曜日、30分～90分程度。
開催場所	
参加予定人数	名 (男性 名、女性 名)
希望する内容	



出前講座のご相談・お申込みは下記まで

事業所様の所在地	ご相談・お申込み先	
さぬき市・東かがわ市・ 三木町・直島町	香川県東讃保健福祉事務所 健康福祉総務課	TEL: 0879-29-8251 FAX: 0879-42-5881
土庄町・小豆島町	香川県小豆総合事務所 保健福祉課	TEL: 0879-62-1373 FAX: 0879-62-1384
丸亀市・坂出市・ 善通寺市・宇多津町・ 綾川町・琴平町・ 多度津町・まんのう町	香川県中讃保健福祉事務所 健康福祉課	TEL: 0877-24-9961 FAX: 0877-24-8341
観音寺市・三豊市	香川県西讃保健福祉事務所 健康福祉総務課	TEL: 0875-25-3082 FAX: 0875-25-6320

※高松市内の事業所様については、高松市役所 1 階市民相談コーナー (087-839-2111) に
ご相談ください。