

加入事業所の健康づくりを支える

# 全国健康保険協会（協会けんぽ）長野支部の取組

協会けんぽ長野支部では、協会加入の事業所に、「健康づくりチャレンジ宣言」をして職場の健康づくりを実践していただく取組を進めています。

27年度は、モデル事業所（5社）を選んで、チャレンジ宣言による取組に加えて協会けんぽ長野支部がサイトを設置したウォーキングラリーへの参加と合わせた「職場の健康づくりプログラム」により支援を行いました。

## 職場の健康づくりプログラム

☆ **健康づくりチャレンジ宣言と、職場での健康づくりへの取組**



☆ **参加型コラボウォーキング「信濃街道ウォーキングラリー」の実施**

専用サイトによりウォーキングラリーの場を提供し、事業所が一体となり、異なる業態・業種の事業所が互いに刺激しあって、健康づくりを加速。



☆ **各社の健康課題に関する研修会等の実施**

「健康づくりチャレンジ宣言」とは…

事業所全体で健康づくりに取り組むことを宣言し、実施することで、心身ともに元気の職場『健康企業』を目指すもの。

職場の健康づくりに取り組みたいが、「何からはじめたら良いかわからない」、「どのように進めたら良いかわからない」といった悩みに保健師等が訪問し、取組を支援しています。

協会けんぽ長野支部加入の事業主様はお気軽にご相談ください。

<お問い合わせ先>

協会けんぽ長野支部 企画総務グループ

☎ 026-238-1251

## 平成27年度のモデル事業所概要

### 信濃電気製錬株式会社

(信濃町)

- ・ラジオ体操の継続や健診時の筋力測定、歩数計の利用などにより運動習慣定着！
- ・健康づくりの取組で従業員のコミュニケーションも活発に！



### オルガン針株式会社

(上田市)

- ・始業前のラジオ体操、早歩1日7,000歩、減塩メニューの提供で高血圧予防！
- ・会社内で健康推進に関するアンケートを実施！



### 株式会社エールシステム

(小諸市)

- ・社長の一声で社員全員が取組、健康に対する意識向上！
- ・デスクワークの椅子をバランスボールに変更！



### 全国健康保険協会長野支部

でも職員が取組んでいます！

- ・ウォーキングラリーやウォーキング講座、けんこつ通信簿など率先して取組！
- ・体調が良くなったと感じる職員も多く、職員間でのコミュニケーションも良好！

### 高島産業株式会社

(茅野市)

- ・社員食堂に血圧計を設置していつでも測定！
- ・受診勧奨の徹底で、がんを早期に発見！



### 社会福祉法人からし種の会 緑の牧場学園

(佐久市)

- ・協会けんぽ保健師への相談をきっかけに、できる取組からスタート！
- ・健康を意識する職員が増加、普段歩くことの少ない職員間でウォーキングサイトが話題に！



※ 取組成果は、事業所ごとに紹介していますのでご覧ください。