

社会福祉法人 からし種の会 緑の牧場学園



健康経営優良法人2017
(中小規模法人部門) に認定!

事業所概要

所在地	佐久市
業種	社会保険・社会福祉・介護事業
従業員数	43名（平成28年3月末現在）
ホームページ	http://www.janis.or.jp/users/karashi



- ★ 職場の仲間同士で体を動かす機会が増加!
- ★ 食事のバランスを意識する人が増え、LDLコレステロール値も改善!

健康づくりに取り組み従業員の反応はどうか?

- ▶ 施設利用者や職員の健康状態や体調変化について気にかける場面が増えました。
- ▶ 職場の仲間同士でスポーツをする等、体を動かす機会が増えました。

どんなことに取り組んだのですか?

<チャレンジ宣言取り組み内容>

- ▶ 健康情報を掲示し、身体を動かすことを実践
- ▶ 始業前に、施設利用者・職員一緒になってラジオ体操を実施

<その他の取り組み内容>

- ▶ 健康運動指導士によるラジオ体操の講習会を開催
- ▶ 専用サイト「信濃街道ウォーキングラリー」を利用して歩数計測

取り組んでどのような成果が上がりましたか?

▶ 定期健診
受診率 **100%**

- ▶ 施設食事以外で食事のバランスを意識する人が増えました。
- ▶ LDLコレステロールのリスク保有者が減少（△5.6%）

これからどうしていきますか?

- ▶ 職員の健康意識を高めるために、引き続き健康づくりに関する講習会を定期的で開催します。

社内で工夫したことは?

- ◇ 看護師が月1回程度、血圧等の測定を通して、健康状態を把握。生活習慣の改善に向けた助言をしています。

他社にお勧めする取組は?

- ◇ 健康づくりに精通した講師に来ていただき、一緒に体を動かしながらの講習会はお勧めです。