

健康に関する情報をお届けします！

# 「みんなの健康☆応援事業所」登録のご案内

働き盛りの皆様の元気を応援するため、事業所向けに健康情報を毎月発信しています。ご登録いただいた事業所様には毎月メールをお送りしますので、従業員の健康づくりにぜひご活用ください。

## 『みんなの健康☆応援事業所』登録方法

健康づくり課に「みんなの健康☆応援事業所」登録を申請（郵送・FAX・Eメールで申請）。登録用紙をご利用ください♪

## ご登録いただくと・・・

①毎月中旬ごろ、メールで『働く世代の健康情報』をお届けします♪

市役所健康づくり課



健康情報を  
メール配信

市内登録事業所



事業所の掲示版、回覧版、メールなどで、従業員の皆様にお伝えください。

病気になる  
カラダになる！



## ②健康情報の内容♪

- 食事のワンポイントアドバイス
- 職場でできる腰痛、肩こり予防の運動
- 健康づくりに取り組む市内事業所の紹介
- 国の最新情報や市の健康づくり教室、講演会の案内など  
毎月さまざまなテーマでお送りします。

例) 働く世代の健康情報

7月号 腰痛

SAMPLE



数字でわかる健康問題☆もはや他人事ではない！

$\frac{1}{3}$

四日市の男性 30代～50代は、  
3人に1人が肥満

日本人の2人に1人は  
生活習慣病

$= \frac{1}{2}$

健康情報をゲットし、事業所での健康づくりを広げましょう！

～ご登録お待ちしております～

【お問い合わせ先】 四日市市 健康づくり課

電話：354-8291 FAX：353-6385