

# 『健康経営』

健康管理を  
経営的視点から考え  
戦略的に実践すること

## を 応援 します！

従業員の健康づくりへの投資は、様々なメリットがあります！

従業員みなさまの健康は、事業所にとって大切な財産です。健康づくりにすでに取り組んでいる事業所の方も、これからという事業所の方も、「職場での健康づくり」について考えてみませんか？

企業イメージアップ



人材が定着  
就職希望者の増加



健康保険料負担の  
抑制



業務効率アップ



従業員の  
モチベーションアップ



労災発生の予防



健康づくり課ではこのような事業を行っています。ぜひ、ご活用ください！！

健康情報の提供

メール配信またはチラシ等で  
健康に関する情報を提供します。

出前講座

保健師・管理栄養士を派遣します。

(詳細は裏面へ)

# 健康経営って何から始めたら良い？

- 定期健康診断や健診後の2次検査などの受診を促し、勤務体制を整える
- 社員食堂や自動販売機の内容を見直す  
⇒ 栄養バランスの取れたメニュー、低カロリー飲料の販売
- 職場での感染症対策を実施する  
⇒ インフルエンザ予防接種の費用負担など
- ノー残業デーや有給休暇取得促進の仕組みを導入する
- 分煙環境整備や禁煙プログラムを導入する
- 職場での階段使用を促したり、ストレッチ運動等を実施する
- 生活習慣改善のための、運動や栄養に関する情報を提供する
- ストレス・メンタルヘルスに関する正しい情報を提供する
- 生活習慣病予防等のための、運動や栄養に関する情報を提供する。

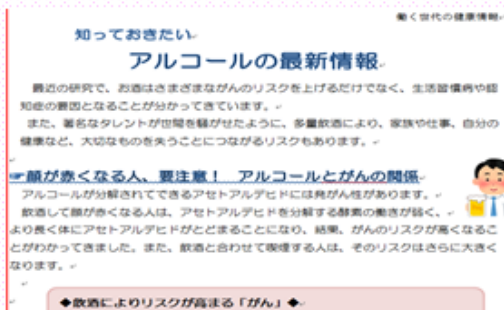


すでに実施されている取り組みがあれば健康経営が始まっています！

健康づくり課では、職場での健康づくりを応援するため次のような事業を行っています。

## ① 健康情報の提供：

健康に関する情報を毎月1回メール配信、またはチラシにて郵送します。(無料)



※労働安全衛生委員会の資料としてもご活用いただけます。

ご希望される事業所様は、別紙『みんなの健康☆応援事業所』登録用紙に必要事項を記入の上、健康づくり課へご送付ください。

## ② 出前講座： 保健師・管理栄養士を派遣します。(無料)

1年間に2回までご利用できます



<テーマ例>

- ・働く世代のあなたに伝えたい！
- ～知っておきたい気づきの健康づくり～
- ・がん予防のおはなし
- ・食事から始めるステキなからだづくりのコツ など

ご希望される事業所様は下記までご連絡ください。

【お問い合わせ】四日市市健康づくり課 住所：〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号  
電話：059-354-8291、FAX：059-353-6385  
メールアドレス：kenkoudukuri@city.yokkaichi.mie.jp