



# かたらんかい通信(2025年冬号)



今年もみなさまの健康づくり推進に、より一層努めて参りますので  
よろしくお願ひいたします。

## 事業所健康支援セミナーを開催しました

令和6年11月28日に開催したセミナーでは、会場とオンラインにて  
12か所の事業所と6つの関係機関の皆さまにご参加いただきました。  
内容を一部ご紹介します。

### 1 報告「おおいた歩得の取組について」

#### グリーングループ株式会社様 (日田市)

R6年度第1回  
歩得職場対抗戦  
第3位

- ▶ 毎日体を動かすきっかけとしてアプリ利用開始
- ▶ チームで目標歩数を定めスタンプラリー機能なども活用
- ▶ アプリの利用によって従業員間のコミュニケーションが増え  
他部署との連携もスムーズになった

### 2 報告「優秀健康経営事業所として」

#### 株式会社リタプラス様 (日田市)

R6年度  
優秀  
健康経営  
事業所

- ▶ 従業員18人だからこそ従業員の健康を意識するように
- ▶ 経営計画を従業員と共有しライフプランナーとの  
面談によって個人目標が見える化
- ▶ 健康な心と身体で仕事ができるよう健診項目追加・歯科検  
診・予防接種費用補助、血圧計・体重計・運動器具を設置

### 3 講話「その『痛み』働きながら改善させませんか？」 おおいた心と体の職場環境改善アドバイザー

- ▶ 作業療法士であるアドバイザーからの講話
- ▶ 仕事がうまくできるためには、人(健康)、環境、作業(仕事内容)の  
3要素が整うことが必要
- ▶ 職業病と諦める前にアドバイザー(理学療法士、作業療法士、公認心理  
士)にぜひ相談を

詳しくは同封チラシをご覧ください

腰痛対策、仕事の合間のストレッチ、ストレスとの向き合い方・・・など  
アドバイザー派遣のご相談は 西部保健所 健康増進班 (0973-23-3133) へ

# 健康経営事業所

## 実績報告書の提出は 1月29日(水)まで!

昨年12月に県健康増進室から「健康経営事業所」実績報告書の提出についてのご案内文書をメールまたは郵送にてみなさまの事業所あてに送付しています。これは来年度の健康経営認定事業所を決定するために必要なものです。この「かたらんかい通信」が届いている事業所は全て提出対象となりますので、**みなさまご提出をよろしくお願ひします。**

### 提出方法

#### インターネット

<https://ttzk.graffer.jp/pref-oita/smart-apply/surveys/0443239035620839334>

#### 紙媒体

- ・西部保健所あて郵送（〒877-0025日田市田島2-2-5）
- ・FAX（0973-23-3136）



実績報告書の記入に必要な事業所番号が不明な場合は、保健所へお問い合わせください。Q&A及び回答具体例については提出依頼文書と一緒に送付していますが、特に知っておいていただきたい内容を一部紹介しますのでご参照ください。

### 認定項目4 健康情報の定期提供

当保健所からの健康情報を従業員のみなさんにお知らせしていればクリアです



毎月メールor郵送で保健所から送付しているものです!  
◀12月分

### 認定項目5 事業所ぐるみの

#### 健康増進の取組例

- ▶事業所内の弁当を減塩弁当に変更
- ▶事業所内に体重計、血圧計を設置し自己測定、運動器具を設置
- ▶ラジオ体操やストレッチの実施
- ▶事業所でウォーキングを兼ねた清掃活動を実施
- ▶健康講話の開催
- ▶行政主催の運動イベントに事業所ぐるみで参加

できることから一歩ずつ 健康づくりを進めていきましょう

発行：大分県西部保健所、地域・職域連携推進会議（令和7年1月）



# おおいた心と体の職場環境改善アドバイザー派遣 申込みスタート！

無料です

～大切な社員、長く元気に働いて欲しい～

県が養成した「心と体の職場環境改善アドバイザー」（理学療法士・作業療法士・公認心理師）があなたの事業所を訪問し、従業員の心身の健康度を高めるため、各事業所のニーズにあわせて、職場ぐるみの健康づくりをサポートする制度ができました。

—あなたの職場、こんな悩みありませんか？—

- ☑ コロナ禍で運動量が減り、職員が体重増加中・・・
- ☑ 短時間で効果が出るストレッチを体験したい
- ☑ ストレスとうまく付き合う方法を知りたい・・・

対象事業所は？

県の健康経営事業所に登録している事業所で、従業員が50人未満の事業所を原則とします。

## コロナ禍で健康の重要性を再認識した今こそ、 健康づくりに取り組みませんか？

この事業を利用すれば、

県の健康経営認定項目（5つある）のうち

⑤職場ぐるみの健康づくり を達成可能♪



### 利用の流れ

#### ①申込み

- ☑ 希望の事業所は管轄の保健所または健康増進室へ申し込み
  - ・従業員数が50人未満の事業所であること
  - ・県の健康経営事業所登録事業所であること、もしくは申込予定の事業所であること

#### ②派遣

- ☑ アドバイザーと保健所保健師が職場へ訪問します
  - ・社員の皆さんや代表者の方から、日頃の様子をお伺いします
  - ・直接、働いている職場の環境を確認し、工夫されていることや、課題などを抽出

#### ③提案

- ☑ 訪問した結果を基に、職場にあわせた「健康づくり処方箋」を作成

#### ⑤フォローアップ

- ☑ アドバイザーと保健所保健師が職場へ訪問し、フォローアップ
  - 職場の希望する運動や作業、こころの健康づくりのための講話等でフォロー

詳細は県健康増進室又は最寄りの保健所(大分市除く)へ、お尋ねください。

大分県西部保健所  
 地域保健課 健康増進班あて FAX0973-23-3136

## 令和6年度 おおいた心と体の職場環境改善アドバイザー派遣申込書

記入年月日 令和 年 月 日

事業所名							
所在地		〒 -					
所在地		大分県					
連絡先		TEL				mail	
担当者		FAX					
担当者		部署				氏名	
業種							
従業員	従業員数	名					
	男女内訳	男性	名			女性	名
	平均年齢	歳					

問合せ先一覧(保健所等)			
事業所の所在地	管轄保健所等名	所在地	電話番号
別府市、杵築市、日出町	東部保健所	別府市大字鶴見字下田井14-1	0977-67-2511
国東市、姫島村	東部保健所 国東保健部	国東市国東町安国寺786-1	0978-72-1127
臼杵市、津久見市	中部保健所	臼杵市大字臼杵字州崎72-34	0972-62-9171
由布市	中部保健所 由布保健部	由布市庄内町柿原337-2	097-582-0660
佐伯市	南部保健所	佐伯市向島1-4-1	0972-22-0562
竹田市、豊後大野市	豊肥保健所	豊後大野市三重町市場934-2	0974-22-0162
日田市、玖珠町、九重町	西部保健所	日田市田島2-2-5	0973-23-3133
中津市、宇佐市	北部保健所	中津市中央町1-10-42	0979-22-2210
豊後高田市	北部保健所 豊後高田保健部	豊後高田市是永39	0978-22-3165
大分市	大分県福祉保健部 健康増進室	大分市大手町3-1-1	097-506-2777