

# かたらんかい通信 (2025年春号)

寒さが続く日々でしたが、気温も少しずつ上がりいよいよ春到来です🌸  
年度替わりのこの機会に新たな気持ちで健康づくりの目標を立ててみるのはいかがでしょうか♪  
さて、今回は 事業所禁煙サポート事業を利用した事業所のご紹介 と ご提出いただいた実績報告書の審査結果のお知らせ です。

## 事業所禁煙サポート事業を利用して

## 3人中2人が禁煙成功!

事業所 大分技術開発株式会社  
所在地 日田市田島1丁目17-10  
設立 1983年12月  
業務内容 測量、建設コンサルタント  
従業員数 27名



大分技術開発株式会社の禁煙体験談をご紹介します。長年の愛煙者に薬剤師が定期的に禁煙パッチをお渡しして卒煙をサポートしました。

### 禁煙して良かったことは？

落ち着いて食事ができるようになったこと。以前はタバコを吸うために途中で席を立っていたのが、ゆっくり座って食べられるようになった。ごはんも美味しく感じるようになった。肌や歯茎の血色も良くなった。

### 大変だったこと・工夫したことは？

禁煙を始めて3～7日目が一番辛かった。特に朝起きた時が一番吸いたくなるため、朝が来るのが怖かった。手が寂しくなり、禁煙パイポ、飲み物、飴、ガムで紛らわしていた。禁煙アプリも使用し、節約できた金額や延びた寿命を数字で見てわかるようにした。

### 禁煙に成功した今、思うこと ～禁煙できた3つの理由～

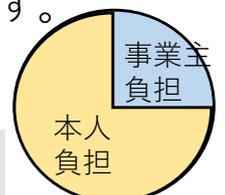
1. 申し込んだ責任感
2. 社内で一緒に禁煙に挑戦した仲間がいたこと
3. 家族の応援...子どもからの応援の言葉が支えになった

### 禁煙サポート事業の利用は保健所へご相談ください (電話0973-23-3133)

禁煙パッチを使用するとニコチン切れの症状を抑えることができます。  
担当薬剤師が2週間毎に訪問し、禁煙パッチをお渡しします。  
3か月間のチャレンジです。

### 禁煙パッチ購入費用 (右図参照) 一人約2万3千円を

1/4以上事業主負担(5,750円以上)、3/4以下本人負担(17,250円以下)



費用負担割合

# 令和6年度「健康経営事業所」実績報告の 審査結果が発表されました

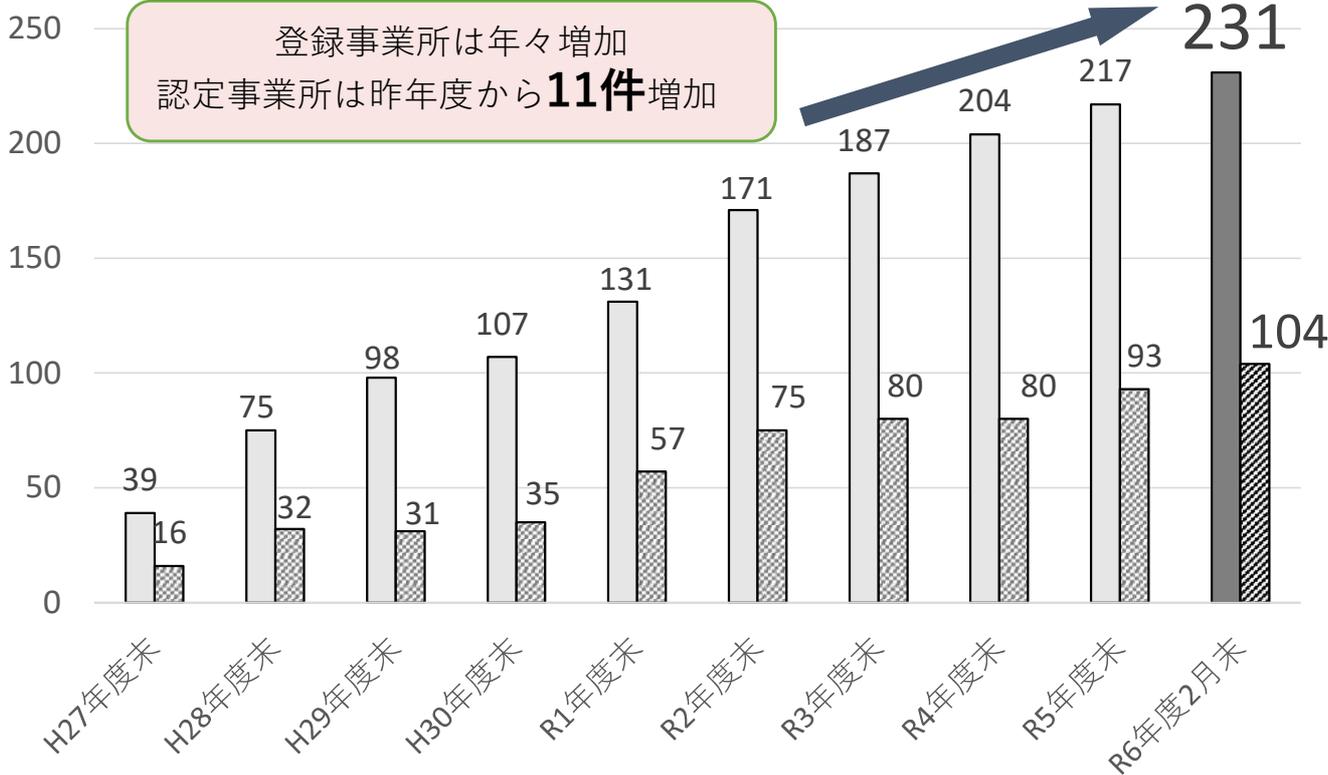
令和7年2月末現在（速報値）

## 西部管内の健康経営事業所

□ 登録事業所数

■ 認定事業所数

(事業所数)



見事“認定”となった事業所には認定証を交付します  
(優秀健康経営事業所は7月頃決定予定)

## 認定事業所になるには？

下記の5つの取り組みを年度内に**全て**達成した場合に認定されます  
(毎年度末に事業所が提出する実績報告書に基づき審査)



※認定証イメージ

- 1 健診及び有所見者への対応
- 2 事業主による主導的な健康づくりの推進
- 3 受動喫煙防止対策
- 4 健康情報の定期提供
- 5 事業所ぐるみの健康増進の取り組み

できることから一歩ずつ！  
認定事業所を目指しましょう！

