

「魚津市健康づくりがんばり隊」宣言用紙

平成 年 月 日

住所
団体（事業所）名
代表者氏名
連絡先
担当者名
会員数（市民団体の場合のみ）

「魚津市健康づくりがんばり隊」への登録を申請します。

1. 健康づくりのために、がんばるポイントはこれです！

（宣言が実行できたか○×で答えやすい項目を1つ以上記入ください。）

<宣言例>

- ・減塩メニューを開発します！
- ・活動中（就業中）のおやつの時間を2回→1回に減らします！
- ・活動日には、毎回○人以上参加して運動します！
- ・社内の運動サークルを応援します！
- ・活動（就業）日には、開始前にラジオ体操をします！
- ・毎週○曜日はノーマイカーデーとし、公共交通機関利用と歩数増加につとめます！
- ・活動（就業）時間中は禁煙します！
- ・敷地内全面禁煙にします！
- ・喫煙室を設け、完全分煙にします！
- ・毎週○曜日をノー残業デーとし、社員の余暇時間の充実につとめます！
- ・年に1回の健康診断を会員（社員）全員（100%）がうけます！
- ・健康診断結果から精密検査や要医療になった場合は100%医療機関に行きます！
- ・（企業の場合）健康診断は、社員の家族（被扶養者）の50%以上が受けます！
- ・（企業の場合）協会けんぽの「健康企業宣言」または富山県の「健康づくり企業大賞」に登録します！

2. 今までも健康づくりのために、こんな活動をしています。

（自由に貴団体（御社）のPRを記入ください。）

～宣言される場合は、この用紙を記入の上、健康センターへ郵送またはFAXください。～