



魚津市健康づくりがんばり隊 通信

令和2年3月10日
第4号
〈発行〉
魚津市健康センター
魚津市吉島1165
TEL0765-24-3999
FAX0765-24-3684

魚津市では、自ら健康づくりを宣言する市民団体や企業を「魚津市健康づくりがんばり隊」として登録することで、健康づくりに取り組んでいただくほか、市から健康情報を発信しています。

健康づくりがんばり隊 交流会をしました

「健康づくりがんばり隊」相互の情報交換と、さらなる健康意識の高まりを目的に、11月1日に「健康づくりがんばり隊 交流会」を行いました。



健康経営についての意識が高まりました。

健康に関する活動がもっと広がればいいな、と思いました。

地域の皆さんに対して、広く健康づくりをすすめていく意識が高まりました。

交流会で、みなさんの健康に対する行動や考えがより深いと感じました。

健康づくり宣言をして、前向きに健康づくりに取り組んでいます

令和元年度に「健康づくりがんばり隊」に登録した16団体の取り組み内容の一部を紹介します。

◆魚津印刷(株)◆
年1回の健康診断を社員全員が受診します。

◆天神公民館◆
シニアの健康体操を週1回開催して、健康増進を目指します。

◆加積エクササイズウォーク同好会◆
毎週1回60~90分の運動をして、いつまでも元気に歩けるように努めます。

◆(医療社団法人)七徳会◆
健康企業宣言 Step2の達成を目指します。

◆魚津市環境保健衛生協会◆
7000人目指して、がん検診普及啓発キャンペーンをします。

こちらのみなさんをはじめ、地域団体7団体、企業9社から、健康づくり宣言をいただきました。

「魚津市健康づくりがんばり隊」として「健康づくり宣言」をしませんか？

- Q. 宣言できるのは誰？ → A. 会員数10人以上の任意団体または市内に住所を有する企業等です。
- Q. 宣言の方法は？ → A. 専用の用紙(裏面)で宣言してください。経費は無料です。
- Q. 宣言のメリットは？ → A. 団体・企業全体の意識が高まり、社員や住民の健康意識の高揚が期待されます。団体・企業のイメージが向上します。(市のHPや会報で公表します。)
宣言後は、市から講演会案内や会報を送付します。

◇現在、令和2年度に「健康づくりがんばり隊」の取組みをする企業や市民団体を募集しています。◇

「魚津市健康づくりがんばり隊」(令和2年度版) 宣言用紙

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)

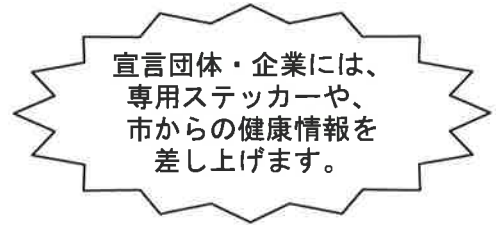
「魚津市健康づくりがんばり隊」への登録を申請します。

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!
- ・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。～