



## 令和3年度 魚津市健康づくりがんばり隊 宣言事業所・団体一覧(R3.10.1現在)

| 事業所・団体名 ※五十音順      | 宣言内容  | 具体的な活動内容、PRなど  |
|--------------------|---|--|
| 医療法人社団 七徳会         | とやま健康企業宣言「STEP2」の取組を継続します。                      | 腰痛予防と健康づくりのため、ラジオ体操を全員で実施しています。エレベーターを使わず、階段の上り下りで地道な体づくりを心がけています。 |
| 魚津印刷株式会社           | 職場で食事内容について取り上げ、塩分・糖分・カロリーを意識した食事をします。          |  |
| 魚津市環境保健衛生協会        | がん検診の受診率向上をはかるため、各地区1回以上のがん検診普及啓発キャンペーンを行います。   |  |
| 魚津市食生活改善推進連絡協議会    | 食卓に野菜メニューをプラスワン!声かけ活動を行います。                     | 減塩のため、味付けは香辛料や薬味を取り入れ、調味料(しょうゆ、ソース)はかけるよりもつけるに心がけるようにしています。        |
| 魚津市薬剤師会            | 検査値について、薬局で相談できる日(偶数月の第3週)を設定して市民の健康づくりにつなげる    | 「お薬健康相談」をしています(コロナが落ち着けば再開予定)。                                     |
| オーアイ工業株式会社         | 「とやま健康企業宣言」をしています。                              |  |
| 加積エクササイズウォーク同好会    | 健康寿命延伸のため、週1回の活動日には、35名以上の参加を目指します。             | ウォークだけでは筋肉がつかないので、筋トレ・ストレッチを入れて運動しています。地区を問わずどなたでも参加できます。          |
| 株式会社 太陽スポーツ 魚津店    | 社員全員が週1回、30分以上の運動(ウォーキング、ランニング等)をします。           | 店舗にトレーニングルーム(一般開放)を開設し、誰でも自由に使えるROOMを用意しています。                      |
| 株式会社 富山銀行魚津支店      | リフレッシュ休暇制度(年8回)完全取得や有給休暇を利用し、心と体のリフレッシュに努めます。   |  |
| 株式会社 富山第一銀行魚津支店    | 毎週水曜日はノー残業デーとし、心身のリフレッシュを行います!                  |  |
| (株)新川インフォメーションセンター | 日本健康会議が実施する「健康経営優良法人」に4年連続認定されます!               |  |
| 天神公民館              | 公民館活動(土曜教室・異世代交流)でラジオ体操をします。                    | 運動不足解消のために、少しでも多くの人に参加してもらえるよう活動内容を工夫しています。                        |
| 天神卓球愛好会            | 活動日にはラジオ体操をします。仲良く笑顔で活動します。毎回20人以上参加します。        | 卓球を通して、プレイ中に声を出して心を発散したり、笑顔でコミュニケーションをとって仲良く活動しています。               |
| 富山達観建設(株)          | 健康診断結果で精密検査など対象になったら必ず医療機関の受診・対策をとる。            | 事務所内の禁煙、健康づくりの資料配布をしています。  |
| 日本交通興業株式会社         | 定期健診受診率100%を達成する。感染症予防のため会社負担でインフルエンザ予防接種を受診する。 | 社内での感染予防対策として飛沫拡散防止のため、デスク周りのパネル設置やマスク配布を行っています。                   |
| 吉崎電設株式会社           | 健診結果で精密検査や要検査になった場合は、100%医療機関を受診します。            | 再検査になった社員に受診するよう声かけをしています。毎日検温を実施しています。                            |