



魚津市健康づくりがんばり隊 通信

令和4年3月31日
第6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。

令和3年度は16カ所の地域団体・事業所が健康づくり宣言を登録されました！

医療法人社団七徳会、魚津印刷株式会社、魚津市環境保健衛生協会、魚津市食生活改善推進連絡協議会、魚津市薬剤師会、オーアイ工業株式会社、加積エクササイズウォーク同好会、(株)太陽スポーツ魚津店、株式会社富山銀行魚津支店、株式会社富山第一銀行魚津支店、(株)新川インフォメーションセンター、天神公民館、天神卓球愛好会、富山達観建設(株)、日本交通興業株式会社、吉崎電設株式会社（五十音順、敬称略）

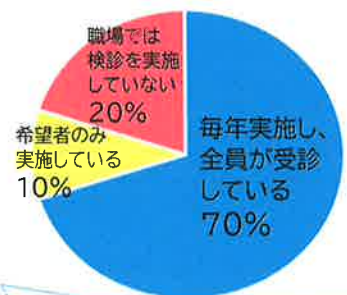


7割の事業所 大腸がん検診「毎年実施し、全員が受診している」

魚津市は県内の中でも大腸がんで亡くなる男性が多く、大腸がん検診による早期発見・早期治療の重要性が高いと言えます。そこで、がんばり隊登録の事業所様に取り組み状況を伺いました(右グラフ)。

さらに検診を実施している事業所では、検診結果で「要精密検査」となった方の受診確認や勧奨までしっかり実施されていました。

大腸がん検診を職場検診で実施していますか？



がんばり隊登録の事業所様の健康づくりの意識の高さが伺えました！



～その他の健康づくりの取組みをご紹介します～

運動編

- ・腰痛の方が多いため、毎朝部署ごとにラジオ体操を行っている。
- ・社長自ら、社員へ運動習慣をもつように声掛けしている。
- ・お客様と一緒にナイトランの会を開催している。
- ・スポーツ施設利用の補助をしていた。
- ・階段に消費カロリーステッカーを貼っている。

食事編

- ・希望者にヘルシーでバランスのとれた弁当の注文をとっている。
- ・自動販売機に健康飲料を入れている。

その他

- ・協会けんぽから配布される健康課題シートを健康づくりに活用している。
- ・喫煙所を設けて、受動喫煙を予防している。
- ・健康管理できるよう、血圧計を設置している。
- ・給料明細と一緒に健康情報を入れている。
- ・毎月月末に担当を持ち回りで、各自テーマを決め、安全管理や事故予防、健康管理のことを社員全員の前で発表してもらっている。

「健康づくり宣言」をして、一緒に健康づくりに取り組みませんか？

企業のイメージUp↑

健康づくり情報・グッズ等をお届け

魚津市では健康づくり宣言をして健康づくりに取り組んでいきたい事業所や市民団体を募集しています

職員や会員が健康であるために何から始めたらいいの？

血圧が高い人を減らしたい！…けどどうしたら良い？

等々…

健康づくりについて、一緒に考えましょう！



事業所・団体の代表・担当者など

健康センター

★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ならどなたでも登録OK

★経費は無料！

裏面の宣言用紙の提出だけで登録完了です！

