

**★参加された企業・事業所の取り組みの様子をご紹介します★**

ご提出いただいた取組報告書から、「なるほど～」、「素晴らしい!!」と感じたことの一部を掲載します！

**応募・参加した理由は？**

- ・定年を 62 才→65 才、継続雇用を 65 才→70 才に延長したので、70 才まで働ける健康づくりを目標とするため
- ・「Well Being」な会社を目指しており、「健康管理」は社会人として必須であるため、生活習慣等を見直す良い機会と考えたため
- ・衛生委員会のメンバーが率先して取組むことで、社内全体の健康意識の向上を図るため

- ・個人の目標を一覧表で部署に貼り、みんなの目標が分かるようにしました
- ・週一の朝礼で声を掛け合いました
- ・同じ時間に数人で一緒に取り組める目標を立てました（ラジオ体操）

**取り組みにあたって工夫したことは？**

**参加しての感想・意見は？**

- ・健康でないと働くことはできません。各々が健康に留意することが望ましいですが、周囲からの働きかけ支援が必要な場合もあります。その点で良い機会・キッカケになりました
- ・普段思ってもやらない運動や、食生活の見直しが少しでもできたことは、今後につながっていくと思います
- ・それぞれの健康づくりの取り組みのきっかけができたことが一番の成果だったと思っています
- ・健康づくりだけではなく、職場内のチームワーク力も高められました

- ・変則勤務の職員が多く、食事時間も不規則になるためか、健康診断での血圧、血液等の検査の有所見者が多い事
- ・PCを使用したデスクワークが多い事
- ・ストレスが溜まりやすい
- ・一人暮らしの職員の健康管理

**従業員の生活習慣や健康状況で気になることは？**

**企業・事業所における健康づくりにおいて、市に支援を希望することは？**

- ・柏崎ファンクラブ会員の活用などで、若年層へ浸透する広報活動をお願いしたい。市内の取組を知る媒体があるといい
- ・就業中に行える健康づくりについても提案していただきたい
- ・健康診断結果の活用の方法を教えて欲しい
- ・市から健康に関する出前講座をしてほしい