

職場の健康づくりをお手伝いします!

はじめに

沖縄県は働き盛り世代の死亡率が**全国でワースト1位**（女性、男性はワースト2位）。また、職場における定期健康診断の有所見率は、**10年連続全国ワースト1位**と健康課題を抱えています。

また、全国的にテレワーク等の影響でメンタルヘルスの課題も増加。企業は、従業員の健康管理上の課題を認識しているものの、施策を実施できていないのが現状です。

事業主の皆様、今日から職場の健康づくりをはじめませんか！

（一部抜粋）沖縄労働局HP「職場の健康づくり応援サイト」、
経済産業省HP「健康経営」より

健康づくり4つのステップ

ステップ1

- 職場の健康課題の把握
- 改善に向けた計画

ステップ2

- 全従業員の健診受診
- 保健指導・特定保健指導の利用



ステップ3

- 従業員の家族の健診受診の奨励
- 食生活の改善
- 時間外勤務の縮減・有給休暇取得の促進



ステップ4

- 従業員の健康意識向上
- 運動機会の増進に向けた取り組み
- メンタルヘルス対策に関する取り組み

研修会や健康に関する情報発信の必要性

そこで!!

職場の健康づくりの取り組みに、社会保険協会の利用をご検討ください!

- ✓ 協会の会員事業所様は**無料**で利用できます!
- ✓ 研修の手続きは申込書（1枚）と報告書（1枚）のみの提出でOKです!
- ✓ 担当講師はわかりやすく・丁寧と評判です!
- ✓ 事業所の都合のよい日程で調整可能。講師や講習テーマも選べます!
- ✓ 健康づくりに関するDVDなら定期的に借用できます!

お手伝いできること

①職場派遣型研修 （オンライン研修も可能）

専門講師（保健師、管理栄養士、運動指導士等）が職場に伺い研修します。メンタルヘルス、パワハラ・セクハラ、アンガーマネジメントなどの研修も可能です。

②健康づくりDVD貸出

手軽に導入でき、職場内の研修等にご活用いただけます。また、事例を映像として視聴することで情報が入りやすいなどのメリットもあります。

③専門講師コラムの活用

広報誌やHPで掲載しております。講師選びに迷った場合の参考にしたり、研修にフラスしたり、様々な専門分野の講師によるコラムは購読必須です。

※申込方法やDVDの詳細等については協会のHPをご確認ください。

沖縄県社会保険協会

