

健康経営の 3 Step



健康経営事業所の取組でお悩みやお困りのことはないですか？登録はしたけど、どんな取組をしたらいいの？というお悩みを抱えている事業所もあるのでは？まずは、できることから実践してみませんか。職員の皆さんで、取組みたいことを出し合ってはみるのもよいのでは。

南部保健所版 健康経営サポートニュース (第五号)

【発行月】令和元年8月
【発行元】大分県南部保健所
(TEL) 22-0562

南部保健所版の健康経営サポートニュースでは、地域の健康に関する情報や健康経営に関する情報などをお伝えします。各事業所での健康づくりの取組等にお役立てください。

確認 実践のヒント できるところから取組んでみませんか

- ①健康づくりの第1歩は健康診断です！
・まずは、健診受診の声かけなど、受けやすい環境を作りましょう。
・次に、健診結果をもとに、精密検査が必要な方への受診の声かけを行いましょう。
- ②事業所の健康づくりの推進には、事業主の一声が重要です！
・朝礼や会議等の機会に事業主から従業員の健康増進に向けたメッセージを送りましょう！
- ③受動喫煙防止の対策をしましょう。
・法改正を踏まえて必要な対策を！
(詳細は、本誌の「受動喫煙防止対策」をご確認ください)
- ④従業員へ健康情報を発信し、健康への関心を高めましょう。
・保健所や協会けんぽなどが発信する情報を有効に活用しましょう！
- ⑤事業所ぐるみで、健康づくりの機運を高めましょう。
・毎朝のラジオ体操、健康講話の実施、地域の健康づくりイベントへの参加など

得 ご存じですか？ 佐伯市のがん検診のこと

- 佐伯市のがん検診は**全市民が対象**です。
- 自己負担金**は、健診の種類によって**無料～3,500円**です。
- 土・日の検診日**もあります。
- お近くの公民館やがん検診登録医療機関等**で受けられます。※登録医療機関は、右記QRコードで確認できます。



重要 進んでますか？ 受動喫煙防止対策

改正健康増進法に伴い、望まない受動喫煙の防止を図るため、多くの人が利用する施設等の区分に応じて喫煙措置や喫煙場所の特定がされます。

病院・学校 2019年7月1日から 敷地内禁煙 (屋外に喫煙場所設置可)	飲食店 2020年4月1日から 原則屋内禁煙 (喫煙専用室のみ喫煙可)	オフィス・事務所 2020年4月1日から 原則屋内禁煙 (喫煙専用室のみ喫煙可)
--	---	--

➤詳しい情報はこちらへ [なくそう！望まない受動喫煙](#)



Q.健康クイズ 「たばこの煙には何種類の発がん物質が入っているでしょう？」
 ①**12種類** ②**21種類** ③**70種類以上**
 A.「答え」は、「**全国统一 けむい問模試**」(厚生労働省HP掲載)をご覧ください。

