

健康あすなる活動

平成29年度

健康あすなる活動とは、各事業所の特性に合わせて働きさんの健康づくりを推進する保健事業の一つです。



健康づくり推進会議のようす

大阪中央工場の取り組み

大阪中央工場 健康管理委員 岡島さん

■「働きさん一人ひとりの健康目標を達成する」ために

本年度も昨年度とほぼ同様、アルバイトさんを含む工場全体の取り組みとして124名にご参加いただきました。活動6ヵ月を通じて、健康に関心を持っていただくために、各自健康保持増進につながる目標を立てていただきました。期間の途中で参加賞、終盤に達成賞を準備し、前年同様その商品には健康に関するもの（トクホ商品、野菜ジュース、記憶力を維持するガムなど）を支給しました。

各自のモチベーションの維持とともに、習慣化への動機づけができたと思います。

今回の活動結果が、健康診断にどれだけの影響を与えるか、関連性は定かではありませんが、健康あすなる活動による健康リテラシーの向上により、地道に参加者の健康（健康診断結果）につながると考えています。

参加者の感想

- ・タバコの本数が減った。
- ・ストレッチをするようになった。
- ・歩くことが習慣化した。
- ・野菜を食べるようになった。

今後の課題／検討事項

- 「参加しない人」に参加してもらうための対策。
- 実施が6月～11月の約半年だが、翌2月位まで延長した方がよいのではないか。

小野工場の取り組み

(株)小野ダスキン 健康管理委員 西垣さん

■「ふれあいクラブ」と取り組みについて

今年度も「ふれあいクラブ」と取り組み内容を検討しました。昨年導入した「血圧計」計測に加え、「熱中症」対策として「血流計」を設置しました。

設置場所を昨年は1ヵ所に固定したが、各部署に回すことで興味を持っていただけ、使用の問い合わせも増え、アルバイト働きさん等にも使っていただけたことがよかった点です。

熱中症対策として、会社からもスポーツ飲料の配布、飴を購入して配るなども実施し、また、資料を配布して、予防のために読んでいただいたことで、熱中症について日ごろから耳にすることが多く、一昨年は、暑くて気分が悪くなった人が発生したが、今年は無かったことから、働きさんの熱中症に対する理解や深まったように思います。

今後の課題／検討事項

- 血圧計や血流計は医療器具のため、使用方法にコツがあり、うまく計れない方もあった。
- もう少し、取り扱いが簡単な機器があれば使用してみたい。
- 取り組みやすい活動内容も検討したい。