

## かごしま健康イエローカードキャンペーン強化月間の取組内容

## ○ 職場の健康づくりに関する取組内容 (次の当てはまる項目に■を付けてください。)

<b>1 健康づくりに必要な知識の普及</b>	<b>5 禁煙・分煙</b>
■ 健康セミナーの開催	<input type="checkbox"/> 職場内全面禁煙（建物内または敷地内）
■ 社内報を活用した情報提供	<input type="checkbox"/> 喫煙場所の設置
■ ポスターの掲示、リーフレットの配布	<input type="checkbox"/> 禁煙への取組促進
<input type="checkbox"/> その他 [ ]	<input type="checkbox"/> その他 [ ]
<b>2 健診・保健指導による健康管理</b>	<b>6 従業員の適正体重の維持</b>
■ 各種健診（検診）等の勧奨	<input type="checkbox"/> 定期的な体重測定・記録
■ 健診後の保健指導の利用促進	<input type="checkbox"/> その他 [ ]
■ 健康相談窓口の設置	
<input type="checkbox"/> 血圧計の設置	<b>7 アルコール対策</b>
<input type="checkbox"/> その他 [ ]	<input type="checkbox"/> 始業前の呼気アルコール濃度点検
	<input type="checkbox"/> 休肝日の設定等の取組促進
<b>3 身体活動・運動</b>	■ その他 [ 毎月のパンフレット（健康経営ワンポイントアドバイス）配布 ]
<input type="checkbox"/> 万歩計による毎日の歩数チェック	
<input type="checkbox"/> 階段利用の促進	<b>8 メンタルヘルス対策（こころの健康づくり）</b>
<input type="checkbox"/> ラジオ体操等の実施	■ メンタルヘルス研修会の開催
<input type="checkbox"/> ノーマイカーデーの設定	<input type="checkbox"/> こころの相談日の設定
■ その他 [ 設置型の健康社食 ]	<input type="checkbox"/> その他 [ ]
<b>4 栄養・食生活の改善</b>	<b>9 歯科口腔保健対策（お口の健康づくり）</b>
<input type="checkbox"/> 社員食堂でのヘルシーメニュー提供	<input type="checkbox"/> 食後の歯磨きの推進
	<input type="checkbox"/> 歯科健診受診等の勧奨
■ その他 [ 毎月のパンフレット（健康経営ワンポイントアドバイス）配布 ]	■ その他 [ 毎月のパンフレット（健康経営ワンポイントアドバイス）配布 ]
<b>10 その他</b>	

※ 各項目の「その他」に■印を付けた場合は、具体的な内容を記入してください。

<b>事業所名</b>	有限会社アイ・タイムズ 鹿児島オフィス
-------------	---------------------