

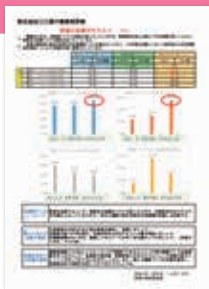
事業所の健康づくりを 応援しています!



東海市は、従業員の健康づくりに取り組む市内事業所を応援しています!
以下のような取組みを**無料**で実施していますので、ぜひご活用ください。
健康づくりの取組をしたいけど何をしたら良いか分からないという
事業所のみなさんもお気軽にご相談ください!

① 事業所の健康度評価

従業員の健診結果を分析し、
従業員全体の健康状態(傾向)
から対策と一緒に
検討します!



健康状態の分析と対策(例)

- メタボの割合が高い
血糖値が高い従業員
が多い
- 毎日体重測定し記録することで変化を知る。
 - 朝礼時にみんなでストレッチ体操をして運動の習慣化に向けたきっかけづくりとする。

② 健康づくり出前講座

事業所の希望や健康度評価を
踏まえ、**運動や食生活等に関**
する講座を開
催します。(人
数、時間、場所
は調整可能)



出前講座メニュー(例)

- 野菜摂取量(推計)や体組成(体重・体脂肪)の測定
- 日常生活でできる運動・腰痛予防等のストレッチ(実技)
- 食生活、口腔衛生等の生活習慣の改善(講座)

③ 健康応援メニューの出張判定会

従業員(個人)の健診結
果と簡単なアンケートから
あなたに合った健康応援
メニューを提供します!



運動応援メニュー【四つ星で判定】

あなたに適した運動の
強さや、有酸素運動、
筋力トレーニングが分
かります。星の数で判
定の結果を知らせます。



食生活応援メニュー【四つ葉で判定】

あなたに適したエネル
ギー量や、塩分量などが
分かります。



東海市では、従業員の健康づくりに積極的に取り組んだ
事業所の表彰も実施しています。詳しくは裏面をご覧ください。

④ アプリを活用した健康づくり【期間限定】

スマートフォンアプリ「あいち健
康プラス」を活用して従業員に
よる「運動」「食生活」等の**健康**
づくり活動を2か月
間のイベントとして
開催します。内容等
の詳細はお問い合
わせください。



⑤ その他の取り組み

社員食堂での**いきいき元気メニューの**
提供、啓発イベントの実施など



東海市

Iki-Iki-Genki Campaign

参加費 無料!

いきいき元気 キャンペーン



参加申込期間

11月1日(土)~
令和7年12月31日(水)

いきいき元気キャンペーンとは…

東海市内の事業所において、従業員の健康増進に関する取組を行っていただき、令和7年度中に実施した取組を報告してもらうことで、従業員の健康づくりに関する取組を積極的に行った事業所を「健康づくり推進優良事業所」として表彰します!

○ キャンペーンの流れ

1

参加申し込み

申し込み方法: ホームページに記載の申込フォームより申し込み

<https://www.city.tokai.aichi.jp/health/1002566/1002567/1002570.html>



2

事業所で実施している健康推進に関する取組について市担当者がヒアリング

3

市から事業所へご提案(裏面取組参照)

4

実施

①事業所独自で行っている健康づくりに関する取組 ②市との協働した取組

5

報告書の提出

ホームページから報告書様式を取得し、

①事業所独自の取組(最大5事例まで) ②市との協働した取組について、メール又は書面にて提出。

6

表彰

報告書をもとに審査を行い、①事業所独自の取組、②市との協働した取組などから総合的に判断して健康づくり推進優良事業所(市長賞)を決定し、表彰状及び表彰盾を授与します。

令和6年度受賞
日鉄デックスエンジ(株)
名古屋支店



お問い合わせ

〒476-0003 東海市荒尾町西廻間2-1
健康推進課いきいき元気担当

☎ 052-689-1600 (代表)

✉ kenkou@city.tokai.lg.jp