

仙南地域の各事業主・団体等の皆様へ

令和4年9月1日～11月30日 せんなん健康チャレンジウィーク2022

主催:宮城県仙南保健所 共催:大河原労働基準監督署
協力:公益社団法人宮城労働基準協会大河原支部



参加団体募集中!!

コロナ禍だからこそ! 「健康づくり」や「働き方の見直し」にみんなと一緒に取組みましょう!!

せんなん健康チャレンジウィークは、事業所や団体が従業員等の「健康づくり」や「働き方の見直し」に取り組むきっかけづくりを応援する事業です。仙南地区の健康課題解決に向けて「減塩」「歩数アップ」「受動喫煙防止」、そして今大注目の「働き方改革」にもチャレンジしてみませんか? 今年は実施期間を9～11月までの3ヶ月間に延長し、施設の都合に合わせた実施がますますしやすくなっています。

コロナ禍で外出機会が減っており、運動不足や体重増加を感じている方も多いはずです。是非、各事業所の労働衛生活動として、せんなん健康チャレンジウィークに御参加ください。

なお、参加事業所(団体)の取組みは、宮城県仙南保健所ホームページや、働く人の健康情報誌「働く人のスマートライフ通信」で紹介をさせていただきます。皆様の多数のご参加をお待ちしております。

参加対象

仙南地域の事業所、飲食店、興行場、旅館業、公衆浴場、理・美容所、福祉施設、病院、保育所、幼稚園、官公署、その他の施設・団体

参加内容・申込み方法

以下の3つのコースから、取り組む項目を1つ以上選択し(複数選択可。「既の実施している取組」、「現状より対策を推進する取組」どちらでも可です。)、1週間以上の任意の期間取組決めて参加ください。参加後に実施報告をいただいた施設には「健康チャレンジ達成証」を交付します。

コース名	項目	内容
健康情報提供	①健康情報ポスター*掲示	「減塩」「歩数アップ」「たばこ」ポスター*を事業所に掲示
からだチェック	②塩分チェックシート*活用	従業員等にチェックシート*を配布し、塩分摂取傾向を自己チェック
	③歩数チェックシート*活用	従業員等にチェックシート*を配布し、1日の歩数を記録
	④禁煙チャレンジシート*活用	喫煙者にチャレンジシート*を配布し、禁煙チャレンジを促す
	⑤体重チェックシート*活用	体重チェックシート*を配布し、体重測定を毎日記録する
からだにやさしい環境づくり	⑥受動喫煙防止対策推進	敷地内禁煙を終日実施
	⑦運動、健康機器設置	血圧計、体重計、バランスボールやダンベル等の設置
	⑧ノー残業デー推進	定時退勤で健康づくりに取組みやすい雰囲気づくり
	⑨健康づくりイベント等実施	施設(団体)独自の健康づくりの取組等の実施
	⑩歩数アップ*チャレンジの参加	歩数アップ*チャレンジ事業*への事業所での参加(別途申込要) *3人1組でチームを組み、10～11月の平均歩数を競うイベント

*ポスター、シート類は、宮城県仙南保健所ホームページからダウンロードして御活用ください。

*からだチェックコースで使用したチェックシートについては、提出不要です。各自の自己チェックに活用ください。

申込み受付期間

令和4年7月25日(月)～10月31日(月)

*各施設で設定した実施期間前にお申し込みをお願いします

チャレンジ実施期間

令和4年9月1日(木)～11月30日(水)

『せんなん健康チャレンジウィーク 2022』

◆参加申込書◆

必要事項を御記入の上、FAX・電子メール又はみやぎ電子申請システムでお申し込みください。

あて先	宮城県仙南保健所(保健福祉事務所)成人・高齢班 行		
F A X	0224-52-3678	E-Mail	snthbsk@pref.miyagi.lg.jp

参加施設・団体

施設・団体名の欄の該当する区分に○をつけてください。

施設・団体名			従業員・構成員数	人
連絡先	住所	〒		
	電話		F A X	
	E-Mail		御担当者	

参加コース・項目

以下のコース・項目から、実施期間内に取り組む項目を選択し、該当する箇所に記入してください。(コースは複数選択可です。コースを選択する観点は、「既に実施している取組」、「現状より対策を推進する取組」のどちらでも結構です。)

コース名	取り組む具体的な項目についてチェックしてください
健康情報提供	<input type="checkbox"/> 健康情報ポスター掲示 掲示ポスター <input type="checkbox"/> 塩分 <input type="checkbox"/> 歩数 <input type="checkbox"/> たばこ
からだチェック	<input type="checkbox"/> からだチェックシート活用 活用するシート <input type="checkbox"/> 塩分 <input type="checkbox"/> 歩数 <input type="checkbox"/> 禁煙 <input type="checkbox"/> 体重
からだにやさしい環境づくり	<input type="checkbox"/> 受動喫煙(敷地内禁煙)推進
	<input type="checkbox"/> 運動、健康機器設置 →設置物 <input type="checkbox"/> 体重計 <input type="checkbox"/> 血圧計 <input type="checkbox"/> 運動器具 <input type="checkbox"/> その他()
	<input type="checkbox"/> ノー残業デー推進
	<input type="checkbox"/> 健康づくりイベント等実施 →取組内容()
	<input type="checkbox"/> 歩数アップチャレンジ参加(別途申込要。≠切 9月16日迄) https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kensui/hosuuappu.html

実施期間

9月1日から11月30日の間で、1週間以上の実施期間を設定してください。

月	日()	から	月	日()	まで	実施します
---	------	----	---	------	----	-------

最終申し込み期限 令和4年10月31日(月)

参加申込書、ポスターやチェックシートは宮城県仙南保健所のホームページからダウンロードできます。

(みやぎ電子申請システムから申し込む場合も、こちらのサイトを御利用ください)

(URL: <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/sn-hohuku/kenkochallenge2022.html>)

せんなん健康チャレンジ



【参加申込み・お問い合わせ先】

宮城県仙南保健所(保健福祉事務所) 成人・高齢班(電話)0224-53-3120 (FAX)0224-52-3678

(E-mail) snthbsk@pref.miyagi.lg.jp