

## おかやま健康づくりアワード2024（表彰）

日時：令和6年9月30日（月） 13：30～16：00

場所：岡山県医師会館三木記念ホール

### ○ 職場部門

応募7社

	会社名	授賞理由
1	岡山両備タクシー株式会社 (岡山市 運輸業)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎月2日、12日、22日は職場内禁煙の実施。毎年禁煙コンテストを実施し、禁煙達成者には記念品贈呈等、禁煙対策に取り組んでいる。</li> <li>・40歳以上の生活習慣病予防健診費用や、乳がん・子宮頸がん検診費用と40歳以上の前立腺がん検査費用や、50歳以上のLOX-index(脳梗塞、心筋梗塞のリスク検査)と眼底検査費を会社が全額補助している。</li> <li>・乗務担当社員は出勤ごとに血圧・体温測定等のITを活用した健康チェックを実施し、日々の健康状態を把握する意識付けを図っている。</li> <li>・内臓脂肪型肥満を対象とし、心・血管系疾患の予防を目的とした「両備健康塾」「スリムアップ作戦」を実施している。</li> </ul>
2	株式会社NICS (玉野市 情報通信業)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎朝ラジオ体操の時間を設けたり、社内にエアロバイク等の運動器具を設置し、運動習慣の定着を図っている。</li> <li>・健康経営アプリを導入し、簡単な健康タスクを個人ごとに設定、実行し、タスク達成回数を競い合うイベントを毎月1回実施している。</li> <li>・子宮頸がん等のオプション検査や、インフルエンザ等の予防接種の費用補助を実施。</li> <li>・衛生委員会を設置し、健康に関する情報提供を積極的に行っている。</li> <li>・体調等を考慮した働き方ができるよう、フレックスタイム制度、在宅勤務、短時間勤務等、多様な勤務体系を整備している。</li> </ul>
3	株式会社 タック (備前市 製造業)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・備前市や備前市栄養委員会と協力し、血管年齢測定を行うなど、健康を見直すきっかけづくりをしている。就業時間中に管理栄養士指導のもと、男性でも取り組みやすい料理教室を実施した。</li> <li>・毎朝、朝礼時にはラジオ体操を実施し、歩数計を使って、1年間の歩数計を集計している。地図上のどこまで進んだか社員同士競ったり、前年より歩数が増えた人を表彰したり、1日の最高歩数を発表したりと、社内で楽しく実施できるようにし、昼休みを有効に使うように歩く人も増えている。</li> <li>・定期健康診断を社員全員実施。(実施率100%) 特定保健指導を受け、生活習慣の改善により、健診結果がかなり好転している人もいる。</li> </ul>

### ○ 地域部門

応募6団体

	団体名	授賞理由
1	健康市民おかやま21 北市民健康づくり会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域の健康課題をふまえ、乳幼児期では、適切な食生活の習慣づくりができるよう公民館と協力しておやこ料理教室を開催したり、働き世代については、企業と協力して減塩食品を使った「かるうま減塩」体験を実施したり、ライフステージごとの適切な食生活について啓発をしている。さらに、栄養素のバランスを意識した災害時の備えについて普及啓発する等の新しい取り組みも行っている。</li> <li>・地域の見どころを盛り込んだウォーキングマップ(ええとこ発見図)を活用して、ウォーキング大会を企画、実施している。地域に根差した活動を通して、顔の見える関係や居場所づくり、地域住民の役割創出を担いながら、運動習慣の定着を図っている。</li> </ul>
2	倉敷市玉島地区 健康くらしき21・II推進会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域の人へ情報発信として「玉島通信～睡眠編～」を作成し、愛育委員会での全戸回覧、栄養改善協議会では地域の集まりの場で通信を活用した。あわせて玉島テレビ放送で放映し、多くの住民に健康情報を届けようと発信を継続した。</li> <li>・高血圧・糖尿病予防啓発では、2歳児歯科健診を活用し、保護者に対して子どもが普段食べているおやつや果物の量について適正量を伝えたり、インスタント食品に含まれる塩分量を展示した。R6年度には、R4年度に啓発した対象者の子どもの3歳児健診にあわせ、前回啓発後の糖分・食塩摂取に対する意識の変化について聞き取りを行った。</li> </ul>
3	鳥羽元気会	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎週土曜日に、地域で健康体操、認知症予防で手、足、頭を使い、歌いながら体操を行っている。</li> <li>・月1回くらしき健康プラザ職員、川崎医療福祉大学の先生、中庄高齢者支援センター等来ていただき、体操及び健康について講義いただいている。</li> <li>・川崎医療福祉の先生や地元の倉敷スイートホスピタルの先生方に体操を教えていただき、自分たちに合った体操をミックスして体操を行っている。</li> </ul>
4	美咲町栄養委員会	<ul style="list-style-type: none"> <li>・減塩活動として、ご近所や地域サロン等にて長年塩分測定を行っている。委員自ら健康意識を高めてもらうため令和元年より1人1台塩分測定器を配布し、味噌汁の塩分測定を委員全員が取り組んでいる。地区サロンにも積極的に参加し、多くの住民に声を掛け測定を行うことで、委員だけでなく町民の生活習慣病・健康意識の改善が図られた。</li> <li>・8月31日"やさしい"の語呂に合わせて、野菜摂取啓発活動を行っている。栄養委員からオリジナル野菜レシピを募集し、町内の野菜直売所に置いている。野菜の日は、栄養委員が店頭にて啓発活動を実施しており、レシピを配布し、野菜摂取の増加を図っている。地元のローカルテレビでも直売所の様子を流し、認知も広がってきている。</li> </ul>