

令和4年度 やまがた健康づくり大賞 取組事例集

受賞団体

《健康経営部門》

ネットヨタ山形株式会社

藤井株式会社

社会福祉法人平田厚生会

《地域健康づくり部門》

株式会社萬屋薬局

山形県立荒砥高等学校

《ベジアップ推進部門》

株式会社グリーンショップはらだ

(敬称略)

令和5年2月

山形県健康福祉部がん対策・健康長寿日本一推進課

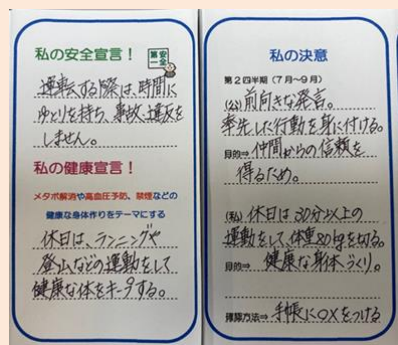
令和4年度やまがた健康づくり大賞 健康経営部門 ネッツトヨタ山形株式会社

チームネッツ「人が輝き、共に育つチーム／ネッツえがおプロジェクト」

「チームネッツに関わる全ての皆さんと一緒に、笑顔と幸せになる」為に、「私の決意・私の健康宣言」、「献血活動」、「ご近所クリーンアップ作戦」などの様々な活動を実施し、安全で健康で安心できる職場と、自己成長と共育(共に育つ)風土を築いています。

「私の決意・私の健康宣言」実施について

「チームネッツに関わる全ての皆さんと一緒に、笑顔と幸せになる」といった経営理念の実現に向け、社員一人ひとりが「私の決意・私の健康宣言」を掲げて、宣言内容の進捗状況や達成度を朝礼で定期的に発表することで、それぞれの頑張りや新たな一面を知る機会を醸成し、社内コミュニケーションの向上につなげています。



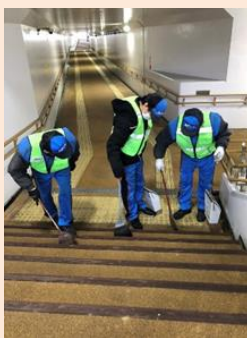
ネッツ山形献血活動

12年前から県内各地の店舗で年5~6回の献血活動を行うことで、社会貢献と共に、自身の健康を振り返る良い機会となりました。



ご近所クリーンアップ作戦

就業前に各店舗で店舗周辺の清掃活動に取り組むことで、地域貢献に加えて、社員の運動不足解消につながっています。



※ 紹介している取組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



団体概要

所在地：山形市東青田五丁目1番1号
従業員数：324人
設立：昭和42年12月

令和4年度やまがた健康づくり大賞 健康経営部門

藤井株式会社

いつまでも健康でいきいきと働ける会社づくりで、社員も家族も地域も幸せに！

いつまでも健康でいきいきと働ける会社づくりのために、歩数計を活用した健康づくり、がん検査等にかかる費用の一部補助、健康診断・再検査受診後のフォローなどを実施しています。

歩数計を活用した健康づくり

社員に歩数計を配布し、毎月歩数のランク付けを行うと共に、半年に1度、上位者を報奨しています。取組みの実施により、社員の歩く習慣の定着を促進しています。

歩数計を活用した健康づくり

目標そうー日 10,000 歩！
歩いてゲット！米沢牛！！

令和4年5月～令和4年10月までの歩数計の記録で、一日平均10,000歩を達成した方は、下記の通りです。

1位	山泉 貴史	12,892 歩
2位	大崎 尚亮	12,293 歩
3位	高橋 充	12,081 歩
4位	社長	10,531 歩

前半の半年間、皆さんも、頑張って歩いて、ゲットしてください！！



がん検査等の費用の一部補助

がん検査、がんリスク検査、インフルエンザ予防接種にかかる費用の一部を補助しています。

今、できる事からはじめよう！おうちでできるセルフ・ヘルスケア

ご存知ですか？
“自宅”でできる
がんリスク検査

だ液によるがんリスク検査
SalivaChecker

健康診断・再検査受診後のフォロー

健康診断有所見者に対する受診勧奨、定期的な声かけなどにより健康診断及び再検査受診率100%を達成しています。

健康診断実施後の措置について

6月の健康診断が終わり、早い時から健康診断の結果の通知が届いております。→
会社は、健康診断の結果フォローとして、会社において実施しなければならないことと実施継続、以下のとおり定めております。

- ① 健康診断の結果の通知（労務安全衛生法第68条の3）
- ② 健康診断の結果についての医師等から発せられる（同第68条の4）
- ③ 健康診断実施後の措置（同第68条の5）
- ④ 健康診断の結果の通知（同第68条の6）

尚、会社において確認が必要な法定11項目は、下記の通りです。

①身長・体重・視力・聴力	⑤血糖検査	⑩心電図検査
②血圧検査	⑥尿検査	⑪胸部X線・昭成検査
③血中脂質検査	⑦眼底検査	⑫自覚・他覚症状の有無
④肝機能検査	⑧尿潜血・蛋白	
	⑨尿たんぱく質	

別添「健康診断結果について」の用語に、異常が検出される項目について医療機関において必ず医師のお話を受けた後に記入し、お自身の1日紙に念のため（健康・指導部 賛助）へ記入をお願いします。お渡しした書類に入力していただき、すみやかに受診していただきますよう、何卒よろしくお願いいたします。

健康情報や減塩レシピの配布

様々な健康情報や減塩レシピを提供することで、健康や栄養に関する社員やその家族の意識が高まりました。

我々したい！おいしい適塩生活

適塩生活のポイント

- 1 味付けの目安：塩は、1日に6g未満を目標としましょう。
- 2 減塩の目安：減塩調味料（減塩塩、減塩醤油、減塩ソース、減塩ドレッシング、減塩マヨネーズ）を使用しましょう。
- 3 減塩の目安：減塩調味料（減塩塩、減塩醤油、減塩ソース、減塩ドレッシング、減塩マヨネーズ）を使用しましょう。

減塩でさっぱり焼きました！
たら・野菜の黒酢あん炒め

1人分約800kcal
100g

材料	分量	備考
たら	150g	1. タラの切身を1cm幅に切り、下ゆです。
人参	100g	2. 人参は皮をむき、1cm幅の輪切りにする。
ピーマン	100g	3. ピーマンは縦半分に切り、種をとり、5mm幅の輪切りにする。
キャベツ	100g	4. キャベツは縦半分に切り、種をとり、5mm幅の輪切りにする。
大根	100g	5. 大根は縦半分に切り、種をとり、5mm幅の輪切りにする。
塩	少々	
減塩醤油	大さじ1	
減塩ソース	大さじ1	
減塩ドレッシング	大さじ1	
減塩マヨネーズ	大さじ1	
黒酢	大さじ1	
油	少々	
クミン	少々	
ナツメグ	少々	

※黒酢は、減塩調味料として使用できます。黒酢は、減塩調味料として使用できます。黒酢は、減塩調味料として使用できます。

健康経営推進センター | 健康経営 推進部 健康経営推進課
〒980-0831 山形県山形市通町五丁目2番2号 | 電話：023-623-2919

※ 紹介している取組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



団体概要

所在地：山形市流通センター二丁目7-1
従業員数：29人
設立：昭和27年1月

令和4年度やまがた健康づくり大賞 健康経営部門 社会福祉法人平田厚生会

全ての年代が健康・笑顔で働く！元気で長く働き続けられる職場を目指して

生活習慣予防健診の取組み、ヘルスリテラシー向上への取組み、腰痛予防の活動などを実施することで、職員が身体と心の健康を保ち長く働き続けられる職場環境づくりと共に、利用者サービスの向上を図っています。

生活習慣病予防健診の取組み

職場内に保健師、看護師、管理栄養士等の専門職による相談窓口を開設し、職員の生活習慣病予防健診後のきめ細かいフォローを産業医と共に実施しています。



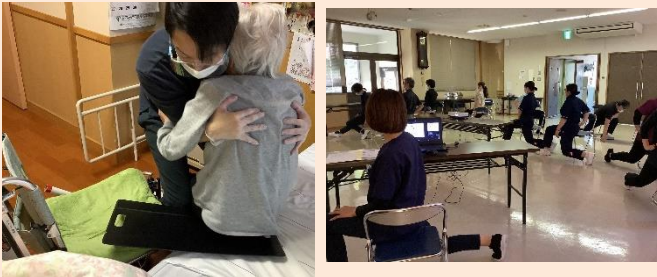
ヘルスリテラシー向上への取組み

「女性の健康づくり推進計画」を策定し、女性特有の健康課題や女性に多い症状に関する研修会を開催しました。また、静養・休養のできるスペースの設置など職員の健康に配慮した職場環境の整備にも取り組んでいます。



腰痛予防の活動

介護作業員向けの腰痛予防対策チェックリストを活用し、腰痛を引き起こすリスクを明確にして、リスク低減のための対策を講じています。



食生活改善のサポート

食生活改善計画を作成し、管理栄養士による栄養相談窓口を設置しています。健康診断結果を基にした食生活改善に向けたサポートを実施しています。

生活習慣を見直して
脂質異常症を予防しよう！

【平田厚生会の脂質リスク保有率】

年度	平田厚生会
2019	14.5%
2021	53.9%
2022	60.2%

肥満？ 満腹になるまで
食べてしまう？



野菜不足？ 間食の摂り過ぎ？

検査値をチェックしてみよう！

●LDL 2170-6: 増えすぎると動脈硬化進行

●HDL 1170-4: 少なすぎると動脈硬化が進行
運動不足により少なくなる

●脂質異常症の診断基準（空腹時採血）

※ 紹介している取組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



団体
概要

所在地：酒田市樽橋大柳3-1

従業員数：107人

設立：昭和56年7月

令和4年度やまがた健康づくり大賞 地域健康づくり部門 株式会社萬屋薬局

薬局機能を活かした地域住民の健康づくり支援活動

薬局の機能を最大限生かしつつ、薬剤師、看護師、管理栄養士、ケアマネージャー等の多職種が緊密に連携し、住民の健康志向の多様性を踏まえた多角的な健康づくり支援活動を行っています。

「やくぜん弁当」の提供

地域住民の要望を受け、持病のある方でも安心して食べられる薬膳弁当の販売を行っています。



健康アップ教室の定期的な開催

家庭で楽しくできる健康運動等を学ぶ地域住民に向けた医療・健康教室を毎月開催しています。



四季の薬膳を楽しむ会「カーサマス・ラボ」

四季の薬膳を楽しむ会「カーサマス・ラボ」を開催し、薬膳昼食を楽しんでいただきながら生薬と健康に関する知識啓発を行っています。



健康情報紙の刊行

地域の方々に、役立つ健康情報をお届けするため、健康情報誌を年3回～4回発行し、地域包括支援センター等を通じて広く配布しています。



※ 紹介している取組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



団体
概要

所在地：山形市六日町2-3

従業員数：73人

設立：明治10年4月

令和4年度やまがた健康づくり大賞 地域健康づくり部門 山形県立荒砥高等学校

喫煙防止啓発等による地域と連携した健康教育活動

喫煙防止啓発活動、献血の普及啓発活動等において、高校生が自ら正しい知識を学び、伝えることで、自分だけでなく仲間や地域住民の心身の健康意識向上を図っています。

喫煙防止啓発活動

自治体と連携し、公民館や公共施設に対して、分煙・禁煙の働きかけを16年間継続して行っています。また、取組みの成果をまとめた禁煙マップを作成して公共施設等に掲示すると共に、禁煙に関する子供向け紙芝居を実施しています。



献血の普及啓発活動

若年層の献血者数が減少していることを受け、「山形県赤十字血液センター」の協力を得て献血動画を作成し、校内や白鷹町内の献血会場等で上映しました。



地域の健康イベントへの参加

白鷹町の健康まつりに参加し、子供たちや地域住民に対して自分たちが研究した健康課題について動画やポスター掲示等で発表を行っています



※ 紹介している取組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



団体概要

所在地：白鷹町大字荒砥甲367

生徒数：59人

設立：昭和23年4月

令和4年度やまがた健康づくり大賞 ベジアップ推進部門 株式会社グリーンシヨップはらだ

野菜たっぷり商品の企画・販売による健康な食環境づくり

健康的な食環境づくりに貢献するために、テレビ番組で野菜の調理、活用法などを発信することによる野菜摂取の啓発、米沢栄養大学推奨商品(健康づくり応援企業ブランド商品)の企画販売、ラジオやSNSを活用した野菜摂取量増に繋がるPRなど様々な取組みを行っています。

減塩・ベジアッププロジェクト

テレビ番組で野菜の調理、活用法などを発信することで、県民の野菜摂取に対する意識を高めることにつなげるなど、県事業「減塩・ベジアッププロジェクト」を実施しています。



米沢栄養大学推奨商品の企画販売

米沢栄養大学推奨商品(健康づくり応援企業ブランド商品)を企画開発・販売を行い、県民が手軽に野菜をとれる機会を提供しています。



ラジオやSNSを活用したPR

ラジオやSNSを活用し、地産地消、伝統野菜、在来野菜を紹介するなど興味関心を促し、野菜摂取量増に繋がるPRを実施しています。



野菜ソムリエとしての情報発信

野菜ソムリエとしての専門知識や知見を活かして、地域住民に対して食と健康に関する講演を行っています。



※ 紹介している取組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



団体概要

所在地：山形市元木一丁目10番27号

従業員数：37人

設立：昭和53年3月