

# 庄内地域健康づくり協議会だより

## ～いい仕事は、職場の健康づくりから！～



平成21年8月発行 第2号  
「庄内地域健康づくり協議会」  
事務局  
庄内保健所 (TEL0235-66-4932)

### 健康づくりに取り組む

### 事業所紹介



活気あふれる職場は、  
朝の朝礼から始まる。



ふじの里振興株式会社

#### ■事業所概要 ～

庄内平野のほぼ中央に位置し見渡す限りの田園が広がるところに9年前リニューアル施設としてオープン。前進は1949年石油会社が試掘中にお湯が湧き出たのが始まりで約50年経ち、今の施設にバトンタッチされました。県下一の約1,600mから出る温泉は強食塩泉と珍しく、しょっぱいというよりも塩辛いのが特徴で、昔から皮膚病に効果があり冷めにくい湯として伝えられてきました。大きな露天風呂やサウナもあり、毎日朝取りの旬な野菜が並ぶ直売所や地元野菜をふんだんに使う食堂、大広間、休憩室も併設する1日遊べる日帰り温泉施設です。

健康面は大きな浴槽にラジウム鉱石を入れロビーには還元水をお置き、食堂では麺を茹でる時には酸性水、スープには還元水と用途に合わせて使いこなすこだわりを持っています。

事業としては毎週火曜日にスパ体操教室を開催し、毎月第3木曜には庄内余目病院の依頼で医療講座会場となっています。

また、社員に対しては「ラフターヨガ研修」や「からだ館主催の健康料理教室」への参加を企画。その成果は、社員自身の健康づくりに生かすと共に、職場の食堂メニューにも活かしています。

#### ■事業所インタビュー

「ぽっぽの湯」への電話で栗本支配人から「毎朝の朝礼から一日が始まる」と聞き、翌日の午前5時30分駐車場に到着。

5時45分施設内に入ると早速、1人目のお客様がおいでになりソファに座り新聞を広げ始めました。その後、続々とお客様がおいでになり、6時5分には26名のお客様がお風呂を楽しんでいました。

一方、支配人始めスタッフは6時前から朝礼を開始。一日の日程確認やさわやかな挨拶の交換をしていました。いよいよ6時からお客様をお迎えるため、全員で温泉入り口に向かい整列。「おはようございます」「いらしゃいませ」の声と笑顔でお迎えていました。社員がとびきりの笑顔でサービスできるのも「ラフターヨガ研修会」の成果だと思えました。

社員の健康づくりとお客様へのサービスの両方を考えた支配人はすごい！！（頂戴した名刺には「温泉管理士」の登録番号がありました。）



わいわい楽しく健康づくり  
8月4日のスパ体操

(支配人:栗本 久 氏)



# 事業主さんを応援するサービス

## ～ 事業主の皆さん！～

- ☆ 従業員の皆さんが自分だけでがんばる健康づくりは難しい！
- ☆ そこで、従業員の皆さんの健康を守るために、いろいろなサービスがあります。



### 健康診断に関すること

**定期健康診断で血液検査が正常値を超えた従業員がいる。**

- ⇒ 産業医を選任している場合は、医師に相談して業務や生活全般を把握して指導していただくのが一番です。（精密検査の結果で医師が判断します。）
- 定期健康診断を受けた検診機関から、保健師が会社に保健指導に出向きます。また、社員が 50 名以下の事業所の場合は地域産業保健センターで相談に応じています。

**がん検診で精密検査と指示があった従業員がいる。**

- ⇒ がん検診の精密検査は、従業員個人の責任で受診します。
- 精密検診検査が可能な医療機関についての情報は、検診機関・地区医師会・市町村役場等で得られます。精密検診を逃して、手遅れになることのないようにしたいですね。



### ～ストレスやメンタルヘルスに関すること～

- |  |  |
|--|--|
| ○庄内保健所地域保健福祉課・・・0235-66-4931<br>(心と体に関する一般健康相談)(医師による専門相談) | ○福祉相談センター・・・023-627-1195<br>(福祉・心の健康に関する様々な相談)     |
| ○鶴岡地域産業保健センター・・・0235-22-0665<br>(職場における心の健康づくりの相談)         | ○山形いのちの電話・・・023-645-4343<br>(様々な悩みの相談)             |
| ○酒田地域産業保健センター・・・0234-24-6436<br>(職場における心の健康づくりの相談)         | ○女性の人権ホットライン・・・023-634-9106<br>(女性の人権相談)           |
| ○精神保健福祉センター・・・023-624-1217<br>(心の問題、精神保健全般)                | ○山形労働局男女雇用均等室・・・023-624-8228<br>(女性労働者の雇用環境に関する相談) |

## ☆☆☆ 保健所からのお知らせ ☆☆☆



### がん検診受診向上事業について

平成 21 年度の新規事業で、保健所では「がん検診の受診向上事業」に取り組んでいます。今年度は、庄内地域の 1000 社にお願いし、アンケートを実施しております。(御協力いただいた、事業主・従業員の皆様ありがとうございました。)



### 肝炎のウイルス検査について

#### 一生に一度は肝炎ウイルス検査を！

日本では、肝臓がん原因の 90% を B 型・C 型肝炎（ウイルス性）が占めています。肝炎ウイルス検査は、肝臓がん予防の第 1 歩となります。

これまで、1 度も検査を受けたことのない 40 歳以上の方、保健所の無料検査を是非ご利用下さい。

- ★毎週火曜日 午前 9 時 30 分～12 時
- ★要予約・・・電話 0235 (66) 4920