

めざせ!ハッピーライフ あぐい21

健康日本21あぐい計画

問い合わせ先 環境衛生課保健係
☎(48)1111(内311・312)

「めざせ!ハッピーライフあぐい21」の推進にかかわっている株式会社デンソー阿久比製作所健康管理部看護室の青木真弓さんと西尾美紀子さんに話を聞きました。

・社員の方に対する健康管理・健康づくりをどのように行っていますか。

健康診断を社員全員に対して実施し、異常が見つかった方には、すぐに医師へ相談するよう勧めています。肥満や高脂血症などの方に対して生活習慣改善のアドバイスを行い、病気の発症や悪化を防ぐ予防活動に

「ハッピーライフの実践」



青木真弓さん

力を入れていきます。

・アドバイスの際に工夫している点は。

一方的にアドバイスするだけでなく、自分から質問をして相手の思いを聴くようにしています。

パンフレットなどの資料も活用し、より分かりやすいアドバイスに努めています。

・今後、健康づくりでより力を入れたい点は。

生活習慣病予防教育やメンタルヘルスケアの充実です。

そのほかにも長時間労働者への保健指導の充実など、病気の予防と早

期発見に力を入れていきたいと思っております。

・ご自身でも何か健康づくりはしていますか。

会社のヨーガ教室や、スマイルウォーク活動(万歩計を活用した三カ月の自主活動)などの事業に積極的に参加しています。

ヨーガ教室は、行くたびに参加者が増えて、皆さんの健康に対する意識が高まっているように感じます。

・「めざせ!ハッピーライフあぐい21」推進のための意見交換会に参加してどうでしたか。

いろいろな団体があることを知ることができてよかったです。それぞ



西尾美紀子さん

れの団体が「健康づくり」のために一生懸命活動していることが分かりました。

二人の話を聞き、地域だけでなく、それぞれの職場の中でも健康づくり・健康管理が熱心に行われていることが分かりました。

仕事が忙しい中、笑顔で取材に応じてくれました。二人とも健康に対するしつかりとした考えを持ち、前向きな気持ちで社員の健康づくりに取り組んでいました。

今年六月に募集した「野菜をたべよう!わが家の健康レシピ」の各賞の表彰式が、十一月四日健康まつり会場の保健センターで行われました。表彰式会場では、各受賞作品が展示され、一般部門最優秀作品の「和風酢ぶた」を来場者に試食してもらいました。

おめでとうございます



左から濱嶋芳子さん、新美龍位君、松井勇輝君、竹内比菜さん、永田悠太君、鈴村充世さん