

大阪建築技術協会が

第7回大阪府健康づくりアワード【職場部門 奨励賞】を

受賞しました！

令和5年1月19日(木)、当協会の健康経営の取組みが「第7回大阪府健康づくりアワード 職場部門 奨励賞」として表彰されました。

「大阪府健康づくりアワード」は、職場や地域での自主的、主体的な健康経営や健康づくり活動の奨励・普及を図ることを目的として、積極的に健康づくり活動を行っている団体を表彰する制度で、今回で7回目を迎えるものです。

当協会ではこの受賞を励みとして、今後も同じ職場で働く仲間の健康の維持・増進を目指して取り組んでまいります。

職場部門 奨励賞

一般財団法人
大阪建築技術協会



所在地 大阪市阿倍野区
業務内容 公共団体等が設置する
建築物にかかる整備保全事業
従業員数 100名
URL
<https://www.kengi-osaka.or.jp/>

取組内容

健康 教育	食生活	
運動	睡眠	メンタル ヘルス
飲酒	禁煙・受動 喫煙防止	歯と口
健診 ・検診	治療と 仕事の両立	その他

運動

午後3時に約2分間の健康体操の時間を設けています。業務に支障のない範囲で軽い体操を行うことで気分転換と小休憩になっています。

厚生労働省が推進する9月の「健康増進普及月間」に合わせ、9月下旬の1週間と5月下旬の1週間は独自に「健康増進週間」と位置づけています。「健康を意識して1週間は過ごそう」を合言葉にして、無理のない内容で健康に役立つ行動にチャレンジすることを促すものです。「毎日腹筋運動をする」「階段を利用する」など、各自で目標を決めて実行し、自己評価して集計結果を報告しています。



午後3時の健康体操の様子

食生活/健診・検診

血管年齢・野菜摂取量の測定会を開催するほか、健康管理の一環として血圧測定器を設置し、いつでも自身の血圧を測定できるようにしています。



血圧測定の様子

健康教育

職員が健康で元気に働ける職場づくりをめざして「健康づくりプロジェクトチーム」を立ち上げ、健康経営の各種取組みを実施しています。

喫煙対策や睡眠、健康診断後の再検査の促進など、毎月テーマを決めて、健康づくりに役立つアドバイスを産業医から話していただき、職員の健康意識の向上に役立てています。

その他

5・6月と10・11月を「健康づくりサポート月間」と位置づけ、期間中に健康づくり助成制度を実施しています。ウォーキングシューズの購入やガーデニング費用の一部に充てるなど心身のリフレッシュに役立っています。



第7回



大阪府

健康づくりアワード

募集要綱

【応募期間】令和4年 7月1日(金)～9月15日(木)

※表彰式 令和4年12月(予定)

大阪府では、企業における健康経営の取組みや職場や地域での健康づくり活動が、業績や企業価値の向上、地域の活性化につながるものと考えています。

大阪府域におけるこうした自主的、主体的な健康経営や健康づくり活動の奨励・普及を図ることを目的として、「大阪府健康づくりアワード」を実施し、積極的に健康づくり活動を行っている団体を表彰します。



- 主催／大阪府 全国健康保険協会 大阪支部 健活おおさか推進府民会議
- 協賛／大阪府中央卸売市場管理センター株式会社 Otsuka 大塚製薬 DJIDO 大同生命 明治安田生命
- 後援／経済産業省 厚生労働省 独立行政法人 労働健康安全機構 一般社団法人 近畿経済産業局 大阪労働局 大阪産業保健総合支援センター 大阪府医師会
- 協力／東京海上日動火災保険株式会社 第一生命保険株式会社

第7回 大阪府健康づくりアワード 募集要綱

職場・地域において、表彰対象となる取組期間中に実施している「健康づくりに係る取組み」で、大阪府で推奨している『健活10』(ケンカツテン)に即しているものが対象です。
※表彰対象となる取組期間(令和3年9月1日～令和4年8月31日)に実施した、取組み、イベント等取組期間に該当すれば以前から継続しているもの、1度限りの取組みでも可

『健活10』(ケンカツテン)



『健活10』(ケンカツテン)とは、生活習慣の改善や生活習慣病の予防等に向けた「10の健康づくり活動」です。大阪府健康づくりアワードにおいても、『健活10』に即した取組みを対象としています。
➔『健活10』ポータルサイト:
<https://kenkatsu10.jp/>



部門

①職場部門

●対象

中小の事業場(医療・福祉・教育機関等を含む)において、職場単位(1つの部署等可)で行う健康づくりの取組み

●取組み例

健康教育	食生活	運動	睡眠	メンタルヘルス
<ul style="list-style-type: none"> 従業員向け健康教室、セミナーの開催 ポスター掲示 	<ul style="list-style-type: none"> 社食メニューの改善 保健師・管理栄養士等による指導 	<ul style="list-style-type: none"> 階段利用・徒歩移動の推進 運動会の実施 	<ul style="list-style-type: none"> 定時退社ができる環境整備 長時間居休制度 	<ul style="list-style-type: none"> ストレスチェックの併用 臨床心理士によるケア
飲酒	禁煙・受動喫煙防止	歯と口	健診・検診	治療と仕事の両立
<ul style="list-style-type: none"> 適量飲酒に向けたアルコール耐性検査の実施 	<ul style="list-style-type: none"> 禁煙プログラムの導入 敷地内禁煙 	<ul style="list-style-type: none"> 歯磨きタイム導入 洗面設備の設置 定期健診の推進 	<ul style="list-style-type: none"> 特定健診・がん検診の受診勧奨 職場での血圧測定 	<ul style="list-style-type: none"> 病気(がん等)になっても働き続けることができる環境整備

②地域部門

●対象

自治会、住民団体、自治体、企業(職場単位可)等が行う地域住民等を対象とした健康づくりの取組み

●取組み例

健康教育	食生活	運動	健診・検診	その他
<ul style="list-style-type: none"> 地域住民を対象とした健康セミナーの開催 	<ul style="list-style-type: none"> 食育イベント・料理教室の開催 健康応援レシピ作成 	<ul style="list-style-type: none"> 健康保持を目的とした運動イベントの開催 	<ul style="list-style-type: none"> 地域ぐるみでの健康診断(特定健診・がん検診)の受診促進 	<ul style="list-style-type: none"> その他『健活10』に即した地域での取組み

※取組み例は一例です。上記取組み例に限らず、特色のある活動内容の応募をお待ちしています。