

頑張る職場の健康チャレンジ!

～報告会のご案内～

参加
無料



那覇市「頑張る職場の健康チャレンジ」に参加した10事業所が、実施した健康づくりの取り組みの報告会を行います。それぞれの事業所での成果とは!? 日頃の生活習慣を、職場から健康的に変えていこうとするアイデア満載の報告会です。多くの皆様の参加をお待ちしております。

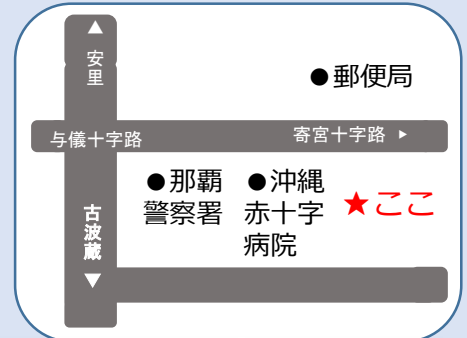
日時

2019年 **1月23日** (水)
13時30分 (13時受付開始)

場所

那覇市保健所 3階大会議室
那覇市与儀1-3-21

●駐車スペースに限りがありますので、公共交通機関のご利用ご協力をお願いします。



◆ 報告会内容 ◆

- 13:30 開会 (受付13:00～)
- 13:35 事業の経緯等説明
- 13:40～15:45 (各事業所10分程度 休憩5分)
- 15:45 質疑・総評・表彰式
- 16:00 閉会 (閉会後に記念撮影)

※報告進行状況により、時間が変更になる場合がございます。

● 「頑張る職場の健康チャレンジ」とは?

那覇市では、各職場における健康づくりの主体的な取り組みを支援するため、職場の皆さんが健康づくりに取り組める環境を整えることや、気軽に取り組んでもらえることを目的に、「頑張る職場の健康チャレンジ」を実施しました。

今年度は、10事業所がそれぞれのテーマや目標を掲げ、昨年7月から約6か月間、「頑張る職場の健康チャレンジ」に取り組んできました。



お問い合わせ

那覇市保健所 健康増進課 : 玉城、並里
沖縄県公衆衛生協会 : 大城、濱川

TEL : 098-853-7961
TEL : 098-945-2686

沖縄産業支援センター内保育園

参加者：17名
〈取り組み内容〉
・体重、体脂肪測定
・血圧測定
・ラジオ体操
・バランスボール椅子



金城一也税理士事務所

参加者：11名
〈取り組み内容〉
・スマートウォッチ
で歩数、血圧管理
・健康講話



(株)かんぽ生命保険 沖縄エリア本部

参加者：15名
〈取り組み内容〉
・ラジオ体操
・体組成計測定
・ジムでの運動



タマキホーム株式会社

参加者：10名
〈取り組み内容〉
・ヨガ
・体重測定
・健康講話



マエダ電気工事株式会社

参加者：10名
〈取り組み内容〉
・ラジオ体操
・体重測定
・血圧測定
・歩数チェック



(福) 金城報恩会 わかさ保育園

参加者：15名
〈取り組み内容〉
・体重、血圧測定
・バランスボール、
バランスボール活
用ストレッチ



(株)いえらぶ琉球

参加者：12名
〈取り組み内容〉
・体重、体脂肪測定
・ビーチヨガ
・フットサル
・尚巴志マラソン



(株)東設計工房

参加者：10名
〈取り組み内容〉
・血圧測定
・栄養講話
・すきま時間運動



上原労務管理事務所

参加者：20名
〈取り組み内容〉
・体重測定
・血圧測定
・栄養講話



首里郵便局

参加者：15名
〈取り組み内容〉
・血圧測定
・体組成計測定
・ウォーキング
・バドミントン

