

健康会議NEWS

健康新聞

フライト500認定！オフィス野菜も始動！？

新メンバー紹介



今回は **5名** の方が健康会議に仲間入り！



健康においては十分な睡眠やストレスをためないことを心がけています！
よろしくお祈りします。

家では食事バランスを意識して食材を摂ることを心がけています。今後はストレッチなどで身体も動かしていきたいです。



普段食品の栄養表示を見て、ベジファーストも意識しています。腹筋と短距離向きの脚力トレーニングを今後やりたいです！

朝夕の愛犬との散歩で体調が良くなりました！日々小さな事で心身が軽くなるお手伝いができればと思います。



約3年ぶりに健康会議メンバーに復帰することになりました。何かしら貢献できるように、今のメンバーに刺激を頂けるような意味のある参加をしたいと思います！

2026年
6月25日
Vol. 22



編集部

事務局

2026年度 健康会議計画書

今年度も健康会議計画書で掲げた目標を達成するべく、頑張っています！毎年、健康アンケートの調査結果を分析し、社員の皆さんに必要な活動や施策を考えてます。皆さんが思っている以上に内容が濃い会議なんですよ！

：2026年度 健康会議計画書																
健康づくり宣言書		取り組み項目														
<p>私たちは、職場の健康づくりに 取り組み、従業員全員が元気で 活躍できる事業所を目指します。</p>		<ul style="list-style-type: none"> 運動習慣の促進 食堂利用の改善 研修サポートの継続 健康新聞の発行 	<table border="1"> <tr><td>作成日</td><td>2026年4月20日</td></tr> <tr><td>改訂日</td><td></td></tr> <tr><td>承認日</td><td></td></tr> <tr><td>発注日</td><td></td></tr> <tr><td>印刷日</td><td></td></tr> </table>	作成日	2026年4月20日	改訂日		承認日		発注日		印刷日				
作成日	2026年4月20日															
改訂日																
承認日																
発注日																
印刷日																
健康会議方針																
<p>こことからだの健康づくり。元気で楽しい会社を目指します。</p> <p>健診を受けて早期発見、正しい理解で健康づくりを推進します。</p>																
現状分析 問題点/リスク	重点施策(実施項目)	目標値	実行の方法	責任者/担当	完了予定日											
<p>住生活力チェックは、計画通り実施できたが、F40で終わっており、G40に結びつかなかったのが問題点として書かれる。</p>	<p>社員の体力を継続的に測定し、各自がレベルを把握する事で運動へのきっかけを促し、さらに社員の交流を促していくと理解する。</p>	1回/年	住生活力チェックイベントを弊社内だけでなく、活動を促進させる。	メンバー	R9/3											
<p>アンケートを2回実施しているが、アンケート結果からの課題抽出の精度を高めていく必要がある</p>	<p>効果的な健康施策を遂行していくにあたり、社員の健康状態や意識を可視化していく。そのデータの現状分析ならびに経年評価を行い、東洋塗工の課題をふりかたす。</p>	1回/年	アサヒ生命の健康習慣アンケートを実施していく	事務局	R9/3											
<p>チーム制で全員の意見が反映されにくい体制であったものの、意見を出すメンバーは限られ、一部メンバーの負担感が高くなってしまった。</p>	<p>全員参加を促し、みんなで作り上げた熱量のある健康施策を推進する。</p>	1回/年	健康施策(セミナー等)の企画を検討するにあたり、まずはメンバー全員からアイデアを健康会議の事前提出してもらう。心と身体改善提案で提出されている内容についても実行施策を検討していく	メンバー	R9/3											
<p>これまでの施策は、マス向けが多かった。もっとも関心のある人が施策に参加し、参加を促したい層の参加率が低かったと考える。各個人の健康の関心・課題に合わせた施策には強さがある。</p>	<p>良い健康習慣を送るにおいて、その行動に促すまで(行動変容)には、まず心の変化が必要となる。マス向け施策では限界がある。個人に寄り添う施策が必要となる。そこで健康新聞、健康新聞は、各個人に配布される為、これを活用する事で、まずは健康に対する心の変化(意図付け)を促したい。</p>	6回/年	生の声を多く取り入れ、読みやすく親しみやすい健康新聞を継続的に発行する。 なお、以下を健康会議として検討していく。 1. 健康記事の選定方法の検討 2. 読者層の検討 3. 双方向性(読者からのフィードバック)向上の検討 4. 健康新聞のテーマ・企画検討	新聞編集部	R9/3											
評価	実績評価	・2ヶ月毎	健康会議にて実行状況の確認													
改善	改善取組	健康会議にて進捗確認・新規提案を行い、議決改善に取り組み														

