

第9回



大阪府健康づくりアワード

Osaka wellness action award



受賞団体のご紹介

企業や地域での健康づくりの取り組み事例集

主催/  大阪府 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  CoreLife Planning
コア・ライフプランニング株式会社  DAIDO 大同生命

明治安田

後援/ 経済産業省 厚生労働省 独立行政法人 労働者健康安全機構 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/ 全国健康保険協会 大阪支部 大阪商工会議所 第一生命保険株式会社 住友生命保険相互会社

大阪府健康づくりアワードの概要



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>



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つの部署等も可)で行う健康づくりの取組み

■取組み例

ヘルスリテラシー	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 長時間昼休憩制度 	<ul style="list-style-type: none"> ストレスチェック活用 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"> 過度な飲酒に対する注意喚起 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職場整備

地域部門

■対象

自治会、住民団体、自治体、企業(職場単位も可)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

ヘルスリテラシー	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

応募期間 令和6年7月1日(月)～8月16日(金)

応募状況 職場部門 26団体 地域部門 15団体

応募対象 職場・地域において、表彰対象となる取組期間[※]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

※表彰対象となる取組期間(令和5年8月16日～令和6年8月15日)に実施した、取組み、イベント等で以前から継続しているもの、1度限りの取組みでも可

表彰内容

職 場 部 門

最優秀賞、優秀賞、奨励賞

- 社員のやる気・意欲を引き出す取組みである
- 創意工夫を凝らした取組みである
- 他の企業でも導入しやすい取組みである
- 社員への健康意識の啓発効果がある取組みである
- 活動の規模・状況等がわかる客観的なデータがある取組みである

地 域 部 門

最優秀賞、優秀賞、奨励賞

- 健康無関心層の参加意欲を高める取組みである
- 創意工夫を凝らした取組みである
- 他団体と連携、協力した取組みである
- 地域に定着した継続的な取組みである
- 府民への健康意識の啓発効果がある取組みである
- 活動の規模・状況等がわかる客観的なデータがある取組みである

目次

概要	1・2
受賞団体一覧及び審査委員による講評	3
職場部門	
最優秀賞	4
優秀賞	5・6
奨励賞	7～10
地域部門	
最優秀賞	11
優秀賞	12
奨励賞	13～15



主催／大阪府、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、大塚製薬株式会社、コア・ライフプランニング株式会社、大同生命保険株式会社、明治安田生命保険相互会社

後援／経済産業省近畿経済産業局、厚生労働省大阪労働局、

独立行政法人 労働者健康安全機構 大阪産業保健総合支援センター、一般社団法人大阪府医師会

協力／全国健康保険協会 大阪支部、大阪商工会議所、第一生命保険株式会社、住友生命保険相互会社

受賞団体一覧及び審査委員による講評

職場部門

最優秀賞	住化エンバイロメンタルサイエンス株式会社(大阪市中央区)
優秀賞 ※五十音順	株式会社アシスト(大阪市東住吉区)
	新品川商事株式会社(大阪市福島区)
奨励賞 ※五十音順	三進金属工業株式会社(泉北郡忠岡町)
	株式会社総合電装(大阪市東淀川区)
	株式会社西日本模型(大阪市東淀川区)
	森永乳業株式会社 関西支社(大阪市北区)

地域部門

最優秀賞	株式会社アカカベ(大東市)
優秀賞	近畿中央ヤクルト販売株式会社(茨木市)
奨励賞	近畿大学(東大阪市)
奨励賞	社会医療法人愛仁会 千船病院(大阪市西淀川区)
奨励賞	雪印メグミルク株式会社 西日本支社(吹田市)

審査委員による講評

職場部門

検診費用負担や特別積立有給休暇など、社員の健康づくりを投資と考え、経営戦略として目標を立て、効果的な取組みを実施している点や効果を把握するために客観的データを分析している点などを評価し、受賞団体を選定しました。禁煙治療などハードルのあるものへのインセンティブ付与や、ウォーキングイベントにも創意工夫を凝らしてマンネリ化の防止を図るなど、一過性に終わらず継続的に実施できる取組みが多くみられ、さらなる成果が期待できます。女性特有の健康課題に対する取組みや治療と仕事の両立のための環境整備など、社会の流れに沿った先進的な事例もあり、これらの取組みが他企業へ広がることを期待します。

地域部門

地域・企業・大学など様々な主体を巻き込んだ取組みや各団体の集客力、さらに資源を効果的に活用し、継続性がある取組みなどを評価し、受賞団体を選定しました。イベントでは、健康無関心層を含む幅広い世代が楽しみながら参加できるイベントや、各団体の知見や強みを生かしたセミナーの開催など、たくさんの人の健康づくりのきっかけとなるような取組みが多くみられました。今後も取組みを継続・拡大していただき、更なる波及効果を期待します。

SES 住化エンバイロメンタルサイエンス株式会社

所在地：大阪市中央区

業務内容：製造業

従業員数：212名

URL：https://www.sumika-env-sci.jp/

取組み分野

ヘルスリテラシー

運動

健診・検診

社内ウォーキングイベント「SES歩活(あるかつ)」や写真コンテストの開催

毎年11月に社内ウォーキングイベント「SES歩活(あるかつ)」を開催しています。団体戦と個人戦を行い、上位者には副賞金を授与、またイベント期間中、1日の平均歩数が8,000歩以上の参加者には、「達成賞」として社員によるイラスト入りオリジナルクオカードを配布しています。

マンネリズム防止の観点から、従業員が楽しんで参加できるようなイベントを実施し、社内コミュニケーションの活性化を図っています。

「ウォーキング効果upセミナー」等のフィジカルヘルスに特化したセミナーを開催し、イベント参加率や「平均歩数8,000歩/日」達成者率の向上、運動習慣の定着をめざしています。



社員イラスト入りオリジナルクオカード



今日のお弁当。特の野菜はとくに多く、栄養満ちです。表示数を減らす



写真コンテストでのお弁当の紹介



セミナーの様子

健康診断にかかる取組み

社員の高齢化に伴うパフォーマンス低下や生活習慣に起因する疾病の増加等による労働生産性の低下の課題を解決するため、50歳以上の社員については、全額無償で人間ドックを受診できる制度を開始しました。

また、30歳以上の社員、ならびに社員の健康保険被扶養配偶者については、一部自己負担のみで人間ドックを受診できる制度を実施しています。

さらに、婦人科系のがんの早期発見対策として、35歳以上の女性社員、ならびに社員の健康保険被扶養配偶者については、婦人科検診(乳がん、子宮がん)を自己負担なしで受診できる制度を実施しています。

制度を開始する前の2019年度の人間ドック受診率は10.6%でしたが、制度を開始した2020年度には25.1%まで増加。その後も年々増加傾向にあり、取組みが社内に浸透しています。



	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度	2025年度 (目標値)
定期健康診断受診率	100%	100%	100%	100%	100%	100%
人間ドック受診率	10.6%	25.1%	30.7%	32.8%	32.7%	40.0%
特定保健指導実施率	0%	0%	0%	85.2%	94.1%	100%
ストレスチェック受診率	100%	99.5%	98.2%	98.6%	100%	100%

取組み分野

食生活

禁煙・受動喫煙防止

健診・検診



所在地:大阪市東住吉区

業務内容:インテリア金物製造卸業

従業員数: 85名

URL: <https://www.assipie.jp/>

食生活の改善とイベントの実施でコミュニケーションの向上

栄養が偏りがちな昼食に管理栄養士が考えた日替わり弁当を導入し、栄養バランスが取れた食事ができるようになりました。全営業所にてベジチェックイベントを開催し、自身の測定結果を知ることで食習慣改善のきっかけとなり、健康関連の話題による社員間のコミュニケーション向上に繋がりました。



管理栄養士考案の日替わり弁当



ベジチェックの様子

受動喫煙防止対策の取組み

喫煙者、非喫煙者ともに健康影響などの正確な情報を学ぶことで健康増進を図り、喫煙者の自発的かつ継続的な禁煙を促進するため、厚生労働省の「全国統一けむい問模試」の受検を推奨しており、現在受検率は100%を達成しています。また、受動喫煙防止のポスター作成、喫煙場所を限定(大阪本社では敷地内の屋外1エリア)することで、受動喫煙リスクを低減し、自身や周囲の人の健康に配慮する環境づくりを行っています。

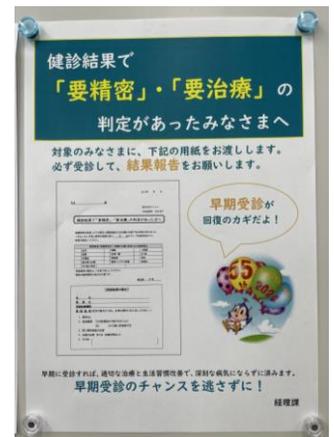


けむい問模試啓発チラシ

検診にかかる費用の負担

乳がん・子宮がん検診の費用を会社が全額負担し、対象者(協会けんぽ基準)は受診率100%を達成しています。本社においては、腫瘍マーカーなどのオプション検査の費用を会社が半額負担しています。

健診結果が要再検査の対象者には、受診勧奨文書にて受診結果の報告を求め健診後のフォローを行い、特定保健指導実施率についても100%を達成しています。また、歯科健診費用を会社が負担し受診勧奨を行っています。



健診・検診啓発ポスター



所在地: 大阪市福島区
 業務内容: 窯業系建設資材卸売業
 従業員数: 65名
 U R L: <https://sinshinagawa.co.jp/>

取組み分野

ヘルスリテラシー

運動

治療と仕事の両立

女性の健康づくりに向けた取組み

がんやPMSなど、女性特有の健康課題についての啓発と乳がん・子宮頸がん検診受診率の向上に向けて、すべての女性社員を対象に女性特有の健康課題についてのセミナーを行っています。

また、検診費用の一部を会社が補助しています。これらの取組みの結果、実施前はほとんどの社員が受診していませんでしたが、啓発後、乳がん・子宮頸がん検診受診率は70%となりました。今後は100%を目指し、セミナーや検診費用補助の取組みを継続する予定です。

運動習慣の定着に向けた取組み

■年3回のウォーキングイベント

生活習慣病の予防に向けて、年3回ウォーキングイベントを実施しています。歩数競争ではなく、自身で決めた目標歩数を達成した社員全員に賞を授与し、全社員が目標をもって参加できるように工夫しています。賞についても健康に良い無農薬の野菜や果物を選ぶギフトセットなどにする事で、更なる健康意識の向上に資するよう意識しています。

また、階段のある事業所においてはウォーキングイベントをきっかけに、階段の利用を奨励するポスターを掲示し、運動習慣を身につける環境づくりに取り組んでいます。

■始業時のラジオ体操の実施

すべての事業場において、全社員が、始業時にラジオ体操を実施しています。始業開始後に業務として行うことで、電話対応等で参加できない社員を除いて、全社員が取り組むようになりました。



階段の利用を奨励するポスター



始業時のラジオ体操の様子

治療と仕事の両立に向けた環境整備

廃棄する有給休暇を「特別積立有給休暇」として積み立て(最大40日)、傷病の際の通院や入院時に利用できるようにし、社員が安心して治療と仕事の両立を図れるようにしています。併せて、健康面や介護と仕事の両立などについて気軽に相談できるように、令和4年4月から外部の保健師・看護師と契約し、外部相談窓口を設置しています。また、令和5年2月には、3名の社員が両立支援コーディネーターの資格を取得するなど、治療と仕事の両立に向けた環境整備に引き続き取り組む予定です。

取組み分野

ヘルスリテラシー

食生活

健診・検診



所在地: 泉北郡忠岡町

業務内容: 製造業(スチール製ラックの製造、販売)

従業員数: 228名

URL: <https://www.sanshinkinzoku.co.jp/>

2024年チャレンジ宣言

2020年5月より、チャレンジ宣言ポスターを作成し、全社員へ通知や掲示板を活用した周知を行っています。また、女性のセミナー等を毎年実施しています。社員が気になるトレンドを意識したテーマで、全社員対象としたセミナーも実施しています。

■7つの健康習慣の取組みについて

社員の健康維持・改善に向けて、下記7つの健康習慣の取組みを推進しています。

- ①喫煙をしない ②定期的に運動をする ③飲酒は適量を守るか、しない
- ④1日7～8時間の睡眠を ⑤適正体重を維持する ⑥朝食を食べる ⑦間食をしない

■食習慣の改善と食行動を意識しよう

野菜を多く摂取できるよう、社員食堂にサラダバーを設置し、グループ会社で栽培した野菜を提供しています。「食べて元気に！V.O.S.&野菜たっぷりキャンペーン」参加事業所として2年連続で大阪府のホームページで紹介されました。



2024年チャレンジ宣言



V.O.S.メニュー啓発チラシ



学生さんによる食に関するプレゼンテーションを開催しました



※V.O.S.とは、野菜・油・塩の量に配慮したヘルシーメニューのこと

羽衣国際大学学生考案の健康に配慮したメニューを本社食堂にて提供し、地域と連携した健康づくりに取り組んでいます。



羽衣国際大学学生考案のV.O.S.メニュー

■健康診断結果の受診勧奨対象者への対応

産業医等と連携し、対象者への受診勧奨を行い、受診率100%を目指しています。

また、定期健康診断で「異常なし」の判定を受けた社員を表彰してプレゼントを出すなど、健康経営参加表彰制度を充実しています。



所在地:大阪市東淀川区
 業務内容:建設業(設備工事業)
 従業員数:50名
 U R L: <http://www.k-soden.co.jp/>

取組み分野

ヘルスリテラシー

食生活

メンタルヘルス

心身ともに健康で最高のパフォーマンスで長く働くための取組み

社員のパフォーマンス向上のためにアブゼンティーズム(※1)を減らし、プレゼンティーズム(※2)をなくすことを目標に健康づくりに取り組んでいます。

(※1)健康問題による仕事の欠勤(病欠)。

(※2)健康問題が理由で生産性が低下している状態。

■ヘルスリテラシー

健康に関するアンケートの実施やメルマガでの健康情報等の配信(毎月1回以上)、歯磨きに関するセミナーの開催等を通じて、ヘルスリテラシーの向上に取り組んでいます。



各種セミナーの様子

■食生活

「朝食を食べよう運動」でのお米の配布・斡旋販売やチケットレストラン(昼食補助)、腹八分目運動等、食生活の改善に向けた取組みも実施しています。



お米の配布・斡旋販売を通じて社員の食生活サポートしています



バランスの良い食事の推進としてチケットレストラン(昼食補助)を実施しています



腹八分目を啓発することで食べ過ぎ防止を推進しています

■メンタルヘルス

ストレスチェックを実施し、社員のストレス状況の把握・改善に取り組んでいます。また、「メンタルケアカウンセリングサービス」や「女性のための24時間電話健康相談」等、保険会社からの福利厚生サービスを積極的に活用し、社員のメンタルヘルス対策に取り組んでいます。

取組み分野

ヘルスリテラシー

運動

健診・検診



株式会社
西日本模型
Nishi-Nihon Model Fabricators, Inc.

所在地:大阪市東淀川区

業務内容:各種精密模型の制作

従業員数:30名

URL: <https://www.nnm.co.jp/>

運動習慣の定着に向けた取組み

健康経営に取り組むにあたり、健康に関するアンケートを実施したところ、「運動習慣がなく取り組みたいが時間がない」と回答した社員が多くいました。

そのため、簡単に運動習慣を取り入れること・気持ちのいい朝の挨拶とミーティングを目的として毎朝10分間のラジオ体操を開始しました。

取組みを開始してから徐々に健康に意識する社員が増え、スポーツ庁後援のさつきラン&ウォークというイベントでの「企業対抗戦」では、「DO スポーツ優秀賞」(8,000歩/人日達成)を受賞しました。



↑「DO スポーツ優秀賞」

わくるんプロジェクト

女性社員の割合増加に伴い、女性特有の健康関連課題に対する環境整備を目的に「わくるんプロジェクト」を発足しました。「わくるん」は「Work」の「ワーク」と「わくわく」「るんるん」を組み合わせた造語で、女性も男性もみんなが楽しく仕事ができるようにという願いが込められています。各部署から女性社員を1名ずつ選出した会議メンバーで、月1回のペースで社内の課題解決やセミナー受講に取り組んでいます。会議の内容は男性社員を含めて社内でも共有し、会議メンバー以外からも意見を募ることで、社内全体で活動に取り組んでいます。

プロジェクト周知チラシ



二次元コードから意見などを投函できる目安箱を設置しました



プロジェクト会議の様子

食堂の一部にリフレッシュスペースを設置しました



健康診断のオプション全額負担

病気の早期発見・女性特有の健康課題への対策として、男性向け腫瘍マーカーセット3種や子宮頸がんと乳がん検診の費用を会社で負担しています。今後は、現在達成している健康診断受診率100%に加えて、オプションについても対象者の受診率100%を目指します。さらに、セミナーの実施を定期的に行い、情報発信を続けて病気の早期発見につながる取組みを行っていきます。



かがやく“笑顔”のために
森永乳業

所在地:大阪市北区

業務内容:乳製品の製造、販売業

従業員数: 130名

URL: <https://www.morinagamilk.co.jp/>

取組み分野

運動

禁煙・受動喫煙防止

健診・検診

健康増進の取組

■健診・検診

健康診断の「受けっぱなし防止」として二次検診費用を上限5,000円まで補助しています。

■運動

平均8,000歩/日を目指し、自社開発アプリを活用したウォーキングイベントを実施しています。イベントの目標達成者は前年より増加し、社員の運動習慣づくりのきっかけとなっています。

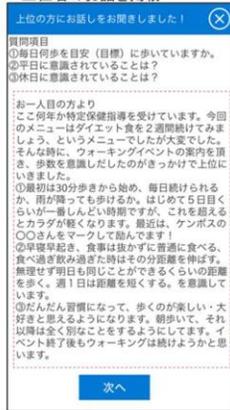
自分たちでアプリを作成
表紙



歩数入力画面

日付	歩数	確認
2023/10/01	8381	確認
2023/10/02	7961	確認
2023/10/03	10496	確認
2023/10/04	8823	確認
2023/10/05	11121	確認
2023/10/06	3290	確認
2023/10/07	9039	確認
2023/10/08	9495	確認
2023/10/09	9546	確認
2023/10/10	10600	確認
2023/10/11	9436	確認

上位者のお話を掲載



ランキナー一覧

順位	氏名	累計歩数
1位	[Name]	171346
2位	[Name]	123076
3位	[Name]	104991
4位	[Name]	939620
5位	[Name]	913023
6位	[Name]	878557
4 5位	[Name]	573416

自社開発したウォーキング記録アプリ

■禁煙・受動喫煙防止対策

労働時間中の禁煙をメール及びポスター
掲示で啓発し、禁煙対策・受動喫煙防止対
策に取り組んでいます。



禁煙ポスター

■夏場の健康管理

夏季期間のクールビズの実施や塩分タブレットを設置する
など、熱中症予防に取組み、近年特に暑い夏場の健康管理
を徹底しています。



熱中症予防の塩分タブレット

■ヘルスリテラシー

ヘルスリテラシー対策としては、お酒との正しい付き合い方を学ぶことを目的に、適正飲酒セミナーを実施しました。今後はさらなる健康増進に向けて、女性のヘルスケアに関する取組みも拡充していく予定です。

取組み分野

ヘルスリテラシー

運動

健診・検診



所在地: 大東市

主な活動内容: 運動、ヘルスリテラシー、食育

従業員数: 850名

URL: <https://www.akakabe.com/>

健康いきいきウォーキング

地域の方の健康を運動面からサポートすることを目的に、2012年からスタートした取組みで、年1回開催しています。5kmコース、10kmコースと自身の体力に応じた距離を選択してできるため、子どもから高齢者まで幅広い年代の方が参加可能です。

2022年からは河川敷のごみを拾いながら歩く「ゴミ拾いウォーク」も新設し、健康づくりの推進に加え、環境にも配慮したイベントとなっています。2023年の参加者は約1,850名でした。



↑ ストレッチの様子



← イベント会場



← ウォーキングの様子

アカカベ健康フェア

地域の方への健康づくりの啓発を目的として、大阪府中央区のOMMビルで年1回開催しています。管理栄養士による健康チェックコーナーを設置し、骨密度・体組成・ヘモグロビン量・野菜摂取量の測定を実施しています。また、医師を招いての健康講演会を実施し、参加者のヘルスリテラシーの向上を図りました。2024年の参加者は約5,000人でした。今後も年1回の実施を継続する予定です。

管理栄養士による健康チェック

2017年より月1回(2021年はコロナ渦により中止)ドラッグストアの大型店舗で健康測定を実施しています。測定結果に基づいて、管理栄養士から健康に関するアドバイスを行い、参加者の健康づくりを応援します。店頭でのビラ配りやSNS・アカカベアプリ等、複数のツールを活用しながら、健康無関心層に向けたアプローチをしています。



↑ 健康チェックの様子

人も地球も健康に

Yakult

所在地: 茨木市

主な活動内容: 食育活動

従業員数: 597名

URL: <https://kinkichuo-yakult.co.jp/>

取組み分野

ヘルスリテラシー

食生活

健康無関心層の参加意欲を高める取組み

幅広い世代の健康づくりのきっかけづくりとして、学校や地域コミュニティ、病院、老健施設等を対象にした健康セミナーを開催しています。2023年度は4,123回、25,412人の方の参加がありました。



おなかげんき教室の案内

製品の強みを生かしたセミナーを実施しています

ヤクルト健康セミナーご案内★特別版★

①健口長寿

～正しい歯のケアで「健口」から「健幸」に～

お口、歯の健康についてクイズなども含めながら楽しく学べます！
口腔ケアはカラダ全体の健康につながるとっても大事なこと！
ぜひ一緒に学びましょう！

②眠れていますか？

より良い睡眠のための健康管理

不眠を予防し、眠りの質を高めましょう★
腸の健康とも深い関りが・・・！？
リラックス効果のあるツボ押しや呼吸法など実践内容も盛りだくさんです！



みなさまの健康のお役立ちを目的として活動しております！
ぜひ貴会の活動にご活用ください！

近畿中央ヤクルト販売株式会社
総務統括部 広報課 小寺 実里(こてら みさと)

↑ ヤクルト健康セミナーの案内

オリジナル健康情報冊子「乳酸菌のココロ」

オリジナルの健康情報冊子を発行し、地域の方や、健康教室、イベント等で配布しています。季節に合わせた内容の健康コラムを通じて、ヘルスリテラシーの向上に取り組んでいます。2023年度は月1回の頻度で作成し、計144万部発行しました。

睡眠・メンタルヘルス・糖尿病などの生活習慣病の予防に向けた生活習慣の改善等、様々なテーマの健康コラムの発信を通じて、健康づくりを推進していきます。



地域に密着した取組み

子ども食堂や出前授業、健康セミナーの開催を通じて、若い世代から高齢者まで様々な世代の方を対象に食育の推進を図っています。2023年度は子ども食堂を172回実施し、地域に密着した継続的な取組みを展開しています。

取組み分野

ヘルスリテラシー

食生活

その他



近畿大学
KINDAI UNIVERSITY

所在地: 東大阪市

主な活動内容: 健康情報の共有等

学生・教職員数: 26,000名

URL: <https://www.kindai.ac.jp/>

キャンパスから広がるヘルスリテラシーの向上

ヘルスリテラシーの向上と健康で豊かな生活の実現・継続を目指して、官・産・学(医・薬・農)で連携して、主体的で継続可能な健康づくりの取組みを推進しています。

健康に関するセミナーやイベントの開催、ポータルサイトでの情報発信を通じて、大学生・教職員をはじめ近隣住民の健康づくりを支援しています。

セミナーやイベントでは、幅広い世代に向けた健康づくりの啓発を目的として、「食生活」「運動」「睡眠」「メンタルヘルス」「禁煙・受動喫煙防止」「歯と口」を取り上げました。

「ヘルスリテラシー」「飲酒」「健診・検診」「治療と仕事の両立」についても、ポータルサイトで定期的に情報発信を行っています。

セミナーチラシ



大学という環境であるため、各種感染症対策、正しい性感染症やワクチンの知識、薬物対策、こころや身体の悩みの相談場所について、教育機関であるからこそ伝えるべき内容についても取り組んでいます。

学生参加プロジェクト(ACT-PJ)を立ち上げ、大学と学生が共催でセミナー・イベントを開催することで、健康に関心を持ち、主体的に健康づくりに取り組む環境づくりを推進しています。



学内食堂でV.O.S.メニューを提供しました

ヘルシー近大V.O.S.メニュー



また、ヘルシーメニューで健康な体作りを推進するため、学内食堂にてV.O.S.メニューを期間限定で提供したところ、好評で毎日完売しました。考案したヘルシー近大V.O.S.メニューは、ホームページで公開し、食生活から健康を推進しています。



社会医療法人 愛仁会
千船病院

所在地: 大阪市西淀川区

主な活動内容: 病院主体でのお祭り・イベント開催

従業員数: 約850名

URL: <https://www.chibune-hsp.jp/>

取組み分野

ヘルスリテラシー

運動

その他

福ハッピーフェスタ

地域住民のHappy/Healthy/Communityを創ることを目的に、「福ハッピーフェスタ」を年3回開催し、毎回延べ1,000名以上の方に参加いただいています。“福”は当院が位置するまちの名前です。福の地で区民が幸せになるように、と命名しました。

イベントチラシ



キッチンカーや企業出展、舞台公演と並列して健康ブースを設置し、楽しくお祭りに参加したついでに、健康にもアクセスできるよう工夫しています。



健康ブースやその他出展ブースの様子

医師・看護師による心肺蘇生(心臓マッサージやAEDの使用)のショープログラムや薬剤師・栄養士・セラピストによる各種相談会なども行っています。



イベントの様子



ウォーキングの様子

また、大野川緑陰道路を使用したウォーキングも行っており理学療法士によるウォーキングレクチャーを開催しています。ウォーキングには毎回約20名が参加し、約2kmのコースを歩いています。

出展数も20を超え、企業や大学、関係団体などに参加いただき、会を重ねるごとに共創メンバーが増加しています。

今後も継続して地域住民に対するHappyをベースにしたお祭りを開催予定です。

取組み分野

ヘルスリテラシー

食生活

健診・検診



所在地: 吹田市

主な活動内容: 食育活動

従業員数: 78名

URL: <https://www.meg-snow.com/>

食育を通じたヘルスリテラシーの向上

食による健康への貢献を重要課題とし、社会課題解決のため主に健康寿命延伸に向けた取組みをテーマに活動し、食の大切さ・尊さと牛乳・乳製品の価値を発信しています。主なプログラムは「出前授業」「骨・カルシウムセミナー」「チーズセミナー」「ヨーグルトセミナー」の4つです。栄養士・管理栄養士の資格を持つ専任スタッフ5名を含む7名で活動しており、2023年度の大府民対象を対象にした食育プログラムは205回開催し、約7,300人の参加がありました。



小学生向けフードロス動画

その他に学校給食を供給している豊中市立小学校向けに食育の一環であるフードロス(飲み残り削減)の啓発を目的にした、動画を3編作成し、給食時間や授業で約240回視聴いただきました。

製品の強みや豊富な知見を活かして食育に関するセミナーを実施しています。



セミナーの様子



骨の健康度チェック

大人向け「乳の食育 雪印メグミルク 食コミュニティ」のご案内

雪印メグミルクは、さまざまな食育活動を通して、あなただけの人々の健康と食生活を支えたいという思いで活動しています。

- 骨・カルシウムセミナー**
カルシウムは骨をつくる大切な栄養素ですが、日本人は慢性的にカルシウム不足で、骨に大切なカルシウムなどの栄養素や、骨の健康を維持するポイントをお知らせいたします。
骨の健康やカルシウムの働き、1日に摂りたいカルシウムの量をお伝えします。牛乳・乳製品のおススメの食べ方、レシピなどもご紹介します。
- ヨーグルトセミナー**
腸内環境を整えるヨーグルト！種類も大変豊富になりました。そんなヨーグルトについてもっと知りたい方におすすです。ヨーグルトの選び方や賞味期限や賞味期限についてご説明するとともに、ヨーグルトのいろいろな食べ方や調理法もご紹介します。
- チーズセミナー入門編**
カマンベール・ゴダール・パルメザンなど、お洒落の盛り合わせには色々なチーズが盛り込まれています。それぞれの違いや食べ方、レシピなどもご紹介します。このセミナーでもっとチーズを楽しみたい方へ。
- チーズセミナー** チーズをおいしく楽しむために
チーズはただのチーズではありません。知れば知るほど楽しい、チーズの世界。チーズの歴史や種類、食べ方、選び方、レシピなどをお伝えいたします。お楽しみというお楽しみも盛り込みました。
1) セミナー(チーズの歴史、由来など、栄養などチーズの魅力を紹介します。)
2) 試食(調味料や調味料の少ないチーズ・カルシウム・プロテインを多く含むチーズを多く含むチーズをご用意いたします。)
※お楽しみいただく食糧に条件がございます。ご確認ください。

【お問い合わせ】 雪印メグミルク株式会社 西日本支社 西日本R食産連携グループ 食育チーム
〒564-0063 大阪府吹田市豊津町1-13-48 HIFUビルディング 4F
雪印メグミルク株式会社 西日本R食産連携グループ 食育チーム
TEL: 06-7670-3006(平日10:00~16:00)
E-MAIL: info@meg-snow.com

乳の食育 雪印メグミルク 食コミュニティ 食育出前授業のご案内

毎日の食卓に出る牛乳の役割を伝え、牛乳が健康な体づくりに大切な食品のひとつであることを知ってもらうお手伝いをしています。

出前授業(お話し約45分) (訪問授業又はオンライン開催)

対象者	内容
小学校(1~4年)	①牛乳の大切さを伝える！ 給食(牛乳)の役割や牛乳が健康に働くことについてお伝えします。 牛乳が命の源であることを取り、関わる人への感謝の気持ちも育む内容です。
小学校(5~6年)	②骨の成長に大切なことを考えよう 骨のしなみとカルシウムの役割についてお伝えします。児童自身が成長に欠かせないカルシウムの大切さを考えるきっかけをお手伝いします。

体験学習(約45分) (※必ず訪問授業のみ実施可能)

対象者	内容
小学校(全学年)	③オンラインで工場見学に特化した工場とオンラインでつながる牛乳の製造工程について工場担当がお話しします。 製造現場を見学していただくことができます。
小学校(全学年)	④バター作り体験しよう！ 冬(12月)から3月(3月)を行います。(6~9月を除く)
小学校(5~6年)	⑤チーズ作り体験しよう！ 牛乳を使ってチーズを作ります。

※お話しのみは対応しますが、体験学習のみでのお申し込みは承っておりません。
※月・金曜日(祝日を除く)は午後2時~6時開校でのご参加ください。
(地域によって対応時間を調整させていただきます。)

※食育スタッフの講師料、交通費は無料です。

※「食育体験」のご申し込みはお気軽にご連絡ください。詳しくご説明いたします。

〒564-0063 大阪府吹田市豊津町1-13-48 HIFUビルディング 4F
雪印メグミルク株式会社 西日本R食産連携グループ 食育チーム
TEL: 06-7670-3006(平日10:00~16:00)
E-MAIL: info@meg-snow.com

小中学校向け出前授業で「酪農生産を通じて持続可能な食を考えよう」という、食といのちの繋がりを理解し食糧生産に携わる人たちの仕事や思いを理解する内容も始めました。

セミナー以外にも食育イベントとして大阪市内区役所の食育展などでカルシウム摂取や骨の健康・運動などを考えるきっかけになる活動(骨の健康度チェックやクイズラリー・はかるカルシウムゲームなど)を実施しています。



大阪府健康づくりアワード
Osaka wellness action award



健康づくりの取組み事例が検索できるようになりました！
事例を参考にして健康づくりに取り組んでみませんか。

10 健活10
Osaka wellness action



健活10



おおさか健活マイレージ
アスマイル



アスマイル



令和6年(2024年)11月発行

大阪府 健康医療部 健康推進室 健康づくり課

〒540-8570 大阪府中央区大手前2丁目 TEL 06(6944)6029 / FAX 06(6944)7262

ホームページ <https://www.pref.osaka.lg.jp/o100070/kenkozukuri/award/index.html>