

宮崎県「健康県庁」宣言

県では、平成30年3月に「健康みやざき行動計画21(第2次)」を見直し、県民の健康づくりを支援する施策を推進しております。

このような中、本県においては働く世代の健康に係る指標が悪化しており、この世代への働きかけを強める必要があることから、働く世代が自然と健康づくりのために望ましい行動を選択できるような環境整備の一つの手法として、「健康経営」に取り組む県内事業所を増やす取組を進めています。

そこで県内における大きな事業所ともいえる県庁において、「隗より始めよ」の観点から、率先して「健康経営」に取り組みます。この取組が「健康経営」の機運を高めるとともに、職員がその能力や個性を最大限発揮し、県民の期待に応える組織となるよう、職員の健康保持・増進を図る取組「健康県庁」を全庁挙げて進めることを宣言します。

取組1 特定健康診査受診率の向上等

- 〈取組事例〉・特定健康診査では、対象者の受診率100%を目指します。
・BMI数値の抑制に努めます。

取組2 食生活の改善

- 〈取組事例〉・野菜摂取、減塩に配慮した弁当等の利用を促進します。
・健康に配慮したレシピを情報提供します。

取組3 運動機会の拡大

- 〈取組事例〉・アプリ(SALKO、QUPiO等)を活用したウォーキングを推進することにより運動の習慣化を図ります。
・徒歩及び自転車による通勤を推進します。
・職場内で体操(1130体操等)やストレッチを推進します。
・階段の利用を推進します。

取組4 禁煙及び受動喫煙防止の推進

- 〈取組事例〉・禁煙支援を強化します。
・喫煙や受動喫煙による健康被害の周知を徹底します。

取組5 メンタルヘルス対策の推進

- 〈取組事例〉・相談体制の充実を図ります。
・メンタルヘルス不調による休職者等への職場復帰を支援します。
・職員間のコミュニケーションが活発な職場環境づくりを推進します。

◎ 健康づくり最高責任者

知事

◎ 取組の効果検証

年一回、職員を対象に効果検証を実施 ⇒ 隔年に1回へ変更