



# 健康はなまるだより

発行日 平成31年1月9日

発行 県中圏地域・職域連携協議会

県中圏地域・職域連携協議会から「健康はなまるだより」をお届けします。  
みなさまの健康づくりと生活習慣病予防にお役立てください。

## 健康増進法の受動喫煙防止について

- 平成30年7月25日に改正「健康増進法」が公布されました  
受動喫煙防止を目的として多数の者が利用する施設等の区分に応じ  
て、一定の場所を除き喫煙を禁止するとともに、施設等の管理権原者  
が講ずべき措置、罰則等について定めています。



- 改正「健康増進法」では、以下の義務が課されています

【すべての者】①喫煙禁止場所における喫煙の禁止

②紛らわしい標識の掲示、標識の汚損等の禁止

【施設等の管理権原者等】③喫煙禁止場所での喫煙器具、設備等の設置禁止

④喫煙室内へ20歳未満の者を立ち入らせないこと 等

- 義務に違反し、指導、勧告、命令等があっても改善がみられない場合  
に限り罰則（過料）が適用されます

## すすめていますか？職場の受動喫煙防止対策

**全面禁煙**

・・・建物や車両内全体を常に禁煙とすること

**空間分煙**

・・・喫煙室でのみ喫煙を認め、喫煙室以外の場所を禁煙とすること

- ★ 禁煙に取り組んでいる施設や車両を有する事業所を  
「空気のきれいな施設」「空気のきれいな車両」として  
認証し、福島県のホームページ等で公表しています。

現在、県中地区管内では、197施設、3車両が認証を  
受けています。

みなさまの職場が受動喫煙防止対策に取り組んでいる  
ことをアピールできるよい機会です。是非、御活用ください。

お申し込みは

福島県県中保健福祉事務所  
郡山市保健所

健康増進課  
地域保健課

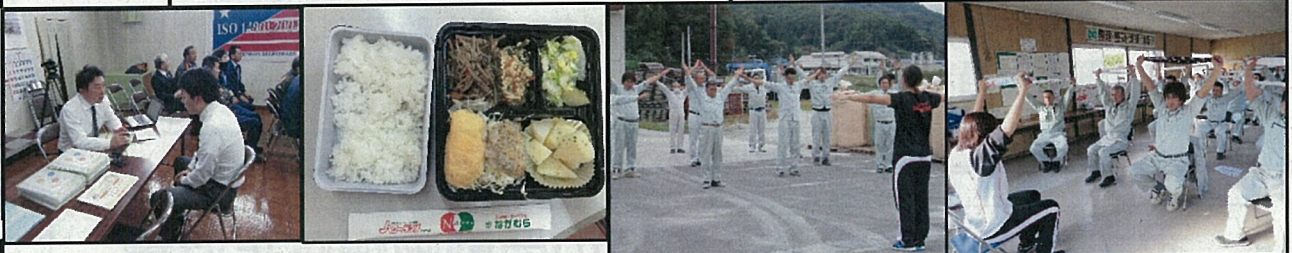
電話0248-75-7814  
電話024-924-2900



## 「元気で働く職場」応援事業

福島県では、職場の健康づくりを支援する『元気で働く職場』応援事業を行っています。県中地区管内の事例を紹介します。

事業所名	須賀川瓦斯株式会社（須賀川市）	日東粉化工業株式会社（田村市）
実施期間	平成30年1月～平成30年3月	平成30年10月～平成31年2月
健康課題	血圧高値の人の割合を低くする	「肥満」と判定される職員の割合を低くする
支援内容	<p>①民間企業の健康づくりプログラム花王（株）「スマート和食プログラム」を導入し、内臓脂肪を減らす献立の弁当を昼食時に実際に食べながら「太りにくい食べ方」を学んだ。</p> <p>②歩数計を全社員に配布し、毎日の歩数を記録することで自分の運動量を知る契機となった。</p> <p>③全事業所に血圧計を設置し、健康づくりの環境整備を図った。</p> <p>④腰痛・肩こり予防講習会の実施。</p>	<p>①民間企業の健康づくりプログラム会津ゼネラル「健康づくりプラン」を導入し、スポーツジムのインストラクターを派遣した。</p> <p>3か月に渡る「運動教室」の開催。</p> <p>日常業務や家庭でも継続可能な運動を身につけ、習慣化できるような環境をつくった。</p> <p>②喫煙対策に関する講話の実施。</p>
結果	<p>①参加した約8割の従業員の内臓脂肪が下がった。</p> <p>②平成30年度健康診断において、血圧の有所見者の割合が低くなった。</p> <p>③事業所全体の健康づくりに対する意識、意欲が高まった。</p>	現在、元気に「運動教室」を開催中。



職場の健康づくりに・・・

### 「健康長寿サポーター養成講座」のお知らせ

- 【内容】①県中保健福祉事務所職員が講師となって「福島県の健康状況」「食生活」「運動」「社会参加」について情報提供させていただきます。
- 「たばこ」「アルコール」「歯科」「肝炎」「がん検診」等から1つの項目を選択いただいて、併せて約1時間程度の講座となります。
- ②受講いただいた方には「受講証」をお渡しするとともに、健康長寿サポーターに認定させていただきます。

【申し込み先・お問い合わせ先】

福島県県中保健福祉事務所 総務企画課  
電話 0248-75-7805

【受講料】無料。ただし、会場使用料などの経費については、申込者負担となります



【このチラシに関するお問い合わせ先】 福島県県中保健福祉事務所 健康増進課  
須賀川市旭町153-1 電話0248-75-7814