

健 康 教 育

表 1 平成20年度健康創造室企画課 健康教育 概要・指導実績

広 報 活 動 (情報の収集・発信)	報道・情報提供	ホームページの編集・運営	
		パブリシティ活動	
		プレスサービス(日刊各新聞の情報提供)	
	編集・出版	機関紙「健康かながわ」	7,000部 毎月15日発行
		機関誌「予防医学」	3,500部 年1回発行
		機関誌「事業年報」	3,500部 年1回発行
		会員機関紙 ・ACクラブ会報紙「マリンブルー」	3,000部 年3回発行
協会報「広場」		デジタル配信 年4回	
	広報媒体作成 パンフレット、リーフレット、ポスター、パネル 等の企画・製作	随時作成	
健康教育の企画・実 施 支 援 活 動	キャンペーン活動の支援	がん征圧月間行事(9月)	協力
		労働衛生週間行事(10月)	協力
		ピンクリボン運動	主催・協力
		すこやかかながわ1万人健康ウォーク (11月)	健康生活展参加
		生活習慣病予防習慣行事(2月)	協力
	都市型健康教育活動	朝日カルチャーセンター・横浜(企画協力)	4回
	地域保健活動 (住民対象)	予防医学実務研修会(市町村の衛生担当者・保健師 等を対象)	1回
		健康教室(講師派遣)	2回
	地域保健分野での指導回数(上記含む)の実数小計		7
	産業保健活動 (従業員・自治体職員対象)	かながわ健康支援セミナー(産業衛生担当者・産業 医・保健師等)／業務部主催	7回
		メンタルヘルス事例検討会	3回
		健康教育セミナー(委託事業)	3団体(23回)
		健康教室(講師派遣)	24回
	産業保健分野での指導回数(上記含む)の実数小計		57
	中央診療所内受診者健康 教育・支援活動	わくわく講座(毎月開催)	12回
		金曜サロン(第2金曜日開催)	10回
健 康 づ く り 実 践 活 動	生活習慣病予防・改善プ ログラム	生活習慣改善プログラム 【ヘルスアップコース・体力測定・各種教室(ウォーキ ング&ストレッチ、カラダ「ひきしめ」、栄養教室)】 セルフサポート支援プログラム	10回 6回
		T社・T社健康保険組合「健康学習会」	125人(23回)
	THP(トータル・ヘルスプロモーションプラン 巡回含む)		50人(6回・3団体)
	中央診療所内での指導回数(上記含む)の実施小計		67
	事 務 局 支 援 活 動	事務局	神奈川学校保健研究会(月1回例会、夏期講習会3 日間)
禁煙、分煙活動を推進する神奈川会議(理事会・ 総会・講演会)			随時
その他の健康教室等回数(上記含む)小計		34	
総 計			165

——地域保健活動(自主・受託事業)——

表2 第31回予防医学実務研修会(前・がん集団検診研修会 会場:大和市地域医療センター)
(神奈川県都市衛生行政協議会=会長・大和市、神奈川県町村保健衛生連絡協議会=会長・二宮町との共催)

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
8 / 20	I 部 「がん検診事業評価と今後の展望」	【講 師】 神奈川県立がんセンター臨床研究所 がん予防・情報研究部門長 岡本 直幸	49
	II 部 「子宮がん検診の評価と今後の課題-車検診の200万人の成績から-」	当協会婦人検診部長・北里大学名誉教授 蔵本 博行	
		【座 長】 当協会常勤顧問 鈴木 忠義	

——産業保健活動(受託事業)——

表3 K自治体職員研修会

項 目	回数	実施日	テ ー マ	講 師	参加者
安全衛生主任者等研修会	1	5 / 12	①職員の健康を守るために -安全衛生主任者等の役割とは- ②過重労働による健康障害の防止対策事業について	当協会産業保健部統括部長 小原甲一郎 K自治体産業医	167
新任管理監督者研修会	1	5 / 30	はじめてのメンタルヘルス対策	エクソンモービル 医務産業衛生部 産業医 荒武 優	132
一般健康教育講座	4	6 / 25	こころとからだの健康づくり -元気な職場づくり-	富士通(株) 健康推進統括部長 富士通川崎病院長 三宅 仁	44
		9 / 3	バランス生活のススメ -体重コントロールのキーワードは「バランス」	当協会健康運動指導士 小林 辰也 当協会管理栄養士 田中 恭子	22
		10 / 31	食事バランスと筋力アップで下腹部スッキリ	当協会健康運動指導士 小林 辰也 当協会管理栄養士 田中 恭子	21
		12 / 16	食事バランスと筋力アップで下腹部スッキリ	当協会健康運動指導士 小林 辰也 当協会管理栄養士 田中 恭子	26
メンタル研修会 (一般職員対象)	3	7 / 25	円滑なコミュニケーションとは -交流分析を学ぶ-	横浜労災病院心療内科部長 江花 昭一	61
		9 / 8	職場のメンタルヘルス対策 -メンタルヘルスケアについて-	O. H. C. 事務所代表 神奈川産業保健センター特別相談員 柳下 澄江	66
		1 / 26	職場のメンタルヘルス -忘れたゆとりを取り戻そう-	日本ビクター(株) 横浜健康管理室 産業医 千葉 宏一	37
メンタル研修会 (管理監督者対象)	6	7 / 9	メンタルヘルス基礎編 職場における対応とセルフケア	労働衛生コンサルタント事務所オークス所長 日本産業衛生学会指導医 竹田 透	64
		8 / 20	メンタルヘルス応用編A コミュニケーション-アサーション&リスニング	(株)イーブ EAPコンサルタント、 臨床心理士、精神保健福祉士 榊原佐和子	37
		9 / 3	メンタルヘルス応用編B 事例検討-早期発見・予防と復職事例-	エクソンモービル 医務産業衛生部 産業医 荒武 優	27
		10 / 15	メンタルヘルス基礎編 職場における対応とセルフケア	労働衛生コンサルタント事務所オークス所長 日本産業衛生学会指導医 竹田 透	27
		1 / 10	メンタルヘルス応用編A コミュニケーション-アサーション&リスニング	(株)イーブ EAPコンサルタント、 臨床心理士、精神保健福祉士 榊原佐和子	27
		1 / 28	メンタルヘルス応用編B 事例検討-早期発見・予防と復職事例-	エクソンモービル 医務産業衛生部 産業医 荒武 優	19

表4 Y市「健康づくりセミナー 肩こり・腰痛予防コース」 8月～11月

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
8 / 7	タイプ別 肩こり・腰痛予防	当協会健康運動指導士 小林 辰也	13
9 / 11	ぽっこりお腹にさようなら －肩こり・腰痛予防	ピラテス・トレーナー 中井 美穂	21
10 / 28	からだに軸をつくり －肩こり・腰痛予防	当協会健康運動指導士 小林 辰也	18
11 / 5	骨盤たいそう －肩こり・腰痛予防	日本体育協会公認フィットネストレーナー 花山 直樹	20

表5 保健師による健康教育

月 日	依 頼 先	テ ー マ	講 師	参加者
4 / 11	D社	新入社員の健康管理について	保健師 後藤 瑞枝	61
4 / 15	M社	新入社員の健康管理－メンタルヘルス	保健師 森江亜希子	20
4 / 23	D社	新入社員の健康管理について	保健師 後藤 瑞枝	100
7 / 1	K教育委員会	腰痛を和らげよう	保健師 廣瀬菜穂子	180
3 / 25	S社（特定保健指導対象者）	自分の健診結果を意識する －生活習慣病予防のきっかけ作り－	保健師 池田 里奈	31

施設内事業

表6 わくわく講座

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
4 / 11	ほぐしんぐエクササイズ	振付家・ダンサー 齊藤美音子	12
5 / 15	沿線「ぶら〜り」ウォーキング	当協会健康運動指導士 小林 辰也、本園 智子	16
6 / 26	上手な食品の保存方法	当協会管理栄養士 田中 恭子	11
7 / 8	骨盤 たいそう	日本体育協会公認フィットネストレーナー 花山 直樹	20
8 / 19	夏休み特別企画 おもしろい料理実験	当協会管理栄養士 田中 恭子	8組子供13 大人 9
9 / 4	A R O M A (アロマセラピー)	I F A 認定アロマセラピスト 西野 容子	17
10 / 7	ユニセフ ラブ ウォーキング	当協会健康運動指導士 小林 辰也、本園 智子	17
11 / 12	コア・コンディショニング 「腹筋の使い方からひきしめ」	当協会健康運動指導士 小林 辰也	20
12 / 3	料理教室～作る・食べる・学ぶ～	当協会管理栄養士 田中 恭子、秋山 芳子、横山かほる	16
1 / 27	漢方体操	トレーナー 関 歌代美	36
2 / 10	つば	田奈整形外科・外科事務長 衣田 康貴	29
3 / 5	肺がん～A B C～ ※A Cクラブとの共催	当協会中央診療所長 井出 研	23

表 7-1 T 社・T 社健康保険組合「健康学習会」

回	従業員(人)	被扶養者(人)	計(人)
23	98	27	125

表 7-2 「健康学習会」プログラム内容

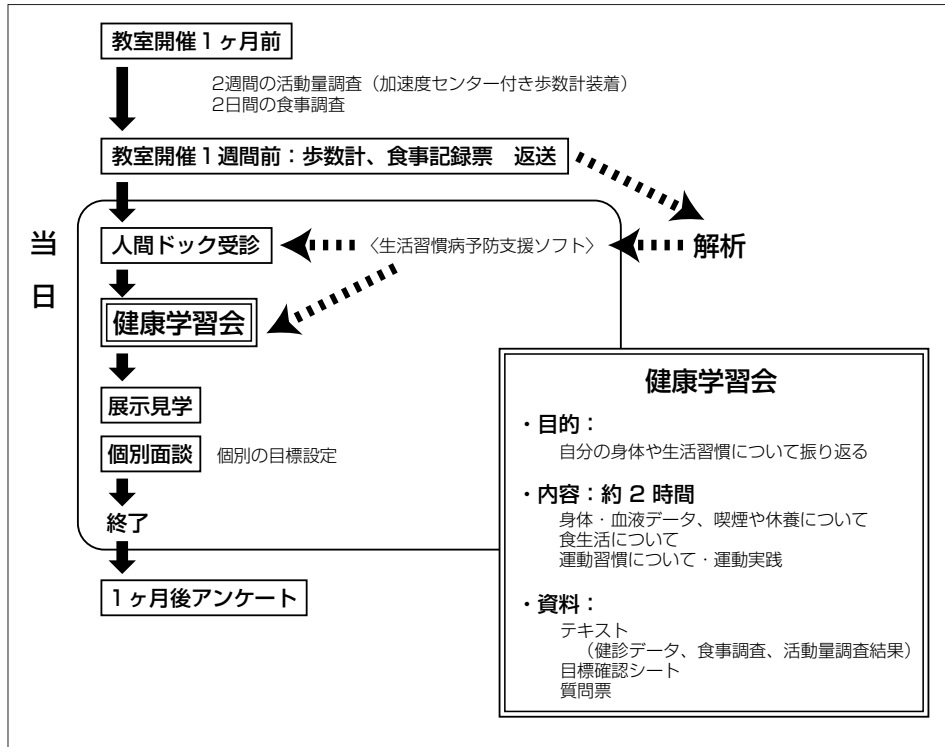


表 8 生活習慣病改善プログラム

事前調査	・加速度センサー付き歩数計（2 週間）
ヘルスアップ	・食事調査票記入（2 日間）
生活習慣病予防教室	・生活習慣病予防教室の結果を色んな角度で解説・運動実践
個別面談	・個別の目標設定・下肢筋力・上肢筋力・平衡性・瞬発力
各種教室「ひきしめ」教室	
・栄養教室	