

健康教育

表1 健康教育の概要 指導実績

広報 (情報の収集・発信)	PR活動	ホームページのコンテンツ 企画、運用管理		
		デジタルサイネージの企画制作		
		SNS（公式ライン、フェイスブック）の運用		
		パブリシティ		
	編集・出版	機関紙「健康かながわ」	4,000部	季刊
		機関誌「予防医学」		休刊
		機関誌「事業年報」	1,800部	年1回発行
個人会員（ACクラブ・人間ドック・健康らいふ倶楽部）会報紙「マリンプルー」		2,000部	年3回発行	
協会報「HIROBA」			デジタル配信	
	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	キャンペーン活動の支援	ピンクリボン活動、禁煙受動喫煙防止活動	主催・協力	
	地域保健活動 (住民・学校等対象)	予防医学実務研修会（対象：市町村のがん検診担当者・保健師等）等	1回	
		セミナー（委託事業）	0回	
		セミナー（講師派遣）	0回	
	地域保健分野での指導回数の小計			1回
	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（対象：産業衛生担当者・産業医・保健師等）／業務部主催	4回	
		セミナー（委託事業）	12回	
		セミナー（講師派遣）	0回	
		横浜市健康経営支援拠点LINKAI横浜金沢	3回	
	産業保健分野での指導回数の小計			19回
健康づくり実践	生活習慣病予防・改善プログラム	体力測定・ロコチェック	5回	
		パーソナル・プログラム	151回	
	T社・T社健康保険組合「健康学習会」（参加 174人）		45回	
	セルフサポート支援プログラム		4回	
	アクティブエイジング事業 都市型社会人学校		6回	
中央診療所内での指導回数の小計			211回	
総計			226回	

表2 健康教育セミナー（委託事業）

期日	対象	テ ー マ	担当 職種	参加者数
2023/5/22	職域	腰痛・肩こり予防	健康運動指導士	25名
2023/7/5	職域	パワーポジションを極める一下肢筋力強化	健康運動指導士	80名
2023/7/18	職域	ロコモ 運動器の障害や衰え	健康運動指導士 健康運動実践指導者	100名
2023/7/20	職域	ロコモ 運動器の障害や衰え	健康運動指導士	50名
2023/8/4	職域	腰痛・肩こり予防	健康運動指導士 健康運動実践指導者	7名
2023/8/4	職域	腰と全身のコリをゆるめるセルフケア（オンライン）	保健師	150名
2023/8/7	職域	運動器の衰え	健康運動指導士	6名
2023/8/24	職域	おちこんでばかりはいられない！ 正しい体重コントロール	健康運動実践指導者	25名
2023/10/11	職域	腰痛・肩こり予防	健康運動指導士 健康運動実践指導者	20名
2023/10/31	職域	秋の運動講座	健康運動指導士	20名
2023/12/7	職域	肩こり・腰痛予防 正しい姿勢とストレッチ	健康運動指導士	20名
2023/12/12	職域	ロコモ予防 運動器の衰えを予防する	健康運動指導士	35名
2023/12/13	職域	体力測定会	健康運動指導士	50名
2024/2/1	職域	姿勢改善のためのストレッチ	健康運動実践指導者	30名
2024/2/22	職域	眼精疲労の解消・集中力アップ	健康運動指導士	15名

表3 かながわ健康支援セミナー（業務部主催 顧客向けセミナー）

期日	テ ー マ	講 師	参加者数
9/16	コロナ禍における生活習慣病対策 ～糖尿病専門医と産業医の立場から～	佐藤 文彦 (ベーシカル・ヘルス株式会社 代表取締役)	85名
12/2	なぜ人は予防行動しない？ ナッジで人を動かす	竹林 正樹 (青森大学社会学部客員教授)	143名
2023年 2/6	腸活でカラダもココロも健康に！ ～腸内細菌の多様性が健康長寿の秘訣～	内藤 裕二 (京都府立医科大学大学院 医学研究科 生体免疫栄養学 教授)	100名
3/15	テレワーク環境でもパフォーマンスを上げるマネジメント	上谷 実礼 (ヒューマンハピネス代表取締役・千葉大学非常勤講師兼任)	68名

※新型コロナウイルス感染予防のためオンラインによる開催