令和７年度「働き盛りのこころと身体の健康づくり出前講座」実施要領

１　目的

二戸保健医療圏は、働き盛り世代の高血圧及び高血糖リスク保有者、喫煙者率、自殺死亡率が高い地域である。

そこで、働き盛り世代が抱えるこころと身体の健康課題を解決するため、事業所及び関係機関･団体と連携し、正しい知識の普及啓発を行うとともに、勤労者が主体的に健康づくりに取組めるよう支援するもの。

２　主催

岩手県二戸保健所

３　実施協力機関

　　カシオペア連邦健康21ネットワーク会議構成団体

　　管内ボランティア団体

４　対象

　 二戸保健所管内の企業及び事業所等の勤労者

５　実施方法

　　出前講座の開催を希望する企業及び事業所等に保健所や実施協力機関の職員等が講師として出向き、健康づくりに関する講座を実施する。

また、地域での取り組みや連携を推進するため、依頼内容によっては市町村や地域で活動している関係団体、ボランティア組織と共同で実施する。

６　実施内容

（１）生活習慣病予防（30分）

（２）食生活（30分）

（３）たばこの害（30分）

（４）運動（30分）

（５）感染症予防（30分）

（６-１） お口の健康【講話のみ】（30分）

（６-２） お口の健康【講話+実技】（40分～１時間）

（７）こころの健康（30分）

７　申込み方法

希望するメニューを選択し、開催希望日の１ヶ月前を目安に別紙申込書（様式１）により二戸保健所保健課あて申し込むこと。

８　その他

(1)　事業所等からの依頼を受けた後、保健所担当者が日時及び内容等の調整を行い、事業の実施を決定する。

(2)　講師派遣に係る費用は無料とする。ただし、会場については依頼者（事業所等）が準備することとし、それに係る費用は依頼者の負担とする。