様式１　健康長寿とちぎづくり推進県民会議　会員登録申込書

年　　　月　　　日

健康長寿とちぎづくり推進県民会議会長　栃木県知事　様

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 企業・団体名 |  | | |
| 代表者職氏名 |  | | |
| 郵便番号  所在地 | 〒  [u19070500@city.utsunomiya.tochigi.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkou@city.ashikaga.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkou05@city.tochigi.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [shokensenta@city.sano.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkou@city.kanuma.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkou@city.nikko.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [nz17-sakamoto@city.oyama.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkou@city.moka.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkou@city.ohtawara.tochigi.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkouzousin@city.yaita.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkouzoushin@city.nasushiobara.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [u-hoken@city.tochigi-sakura.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkohfukushi@city.nasukarasuyama.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkouzoushin@city.shimotsuke.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [fukushi01@town.kaminokawa.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [hokencenter@town.mashiko.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [hokenn.fukushi@town.motegi.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkou@town.ichikai.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkou@town.tochigi-haga.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenko@town.mibu.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkoufukushi@town.nogi.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [hoken@town.shioya.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [kenkou@town.takanezawa.tochigi.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [hokenc@town.nasu.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719), [zoushin@town.tochigi-nakagawa.lg.jp](http://ligw801v.pref.tochigi.lg.jp/cgi-bin/dneo/zwmljs.cgi?_=1621918962719) | | |
| 社員等の人数 | 人 | 公表可否（※） | 可　　・　　不可 |
| 連絡先 | 担当者所属：　　　　　　　　　　　職氏名　 ：  電話番号　：　　　　　　　　　　　FAX番号：  Eﾒｰﾙｱﾄﾞﾚｽ：　　　　　　　　　　　　　　　※会員ﾒｰﾙﾏｶﾞｼﾞﾝ配信　 要 ・ 不要 | | |

※ 原則として、企業・団体名、代表者職氏名、所在地、社員等の人数、下記の取組宣言内容を「健康長寿とちぎWEB」など各種媒体に掲載させていただきます。掲載を希望しない場合は、「不可」に○を付けてください。

※ ﾒｰﾙｱﾄﾞﾚｽは会員ﾒｰﾙﾏｶﾞｼﾞﾝ配信の他、急ぎの連絡に使用させて頂きます。

**健康長寿とちぎづくり取組宣言**

健康長寿とちぎづくり県民会議は、裏面のプロジェクトや取組を推進しています。裏面を参考に「誰に」「いつ、どのくらいの頻度で」「何を」を具体的に御記入ください。

　実施する全ての取組を御記入ください。

　　　　　　　　　　　　　　　は

上記のことについて取り組みます！

・ 裏面の重点プロジェクトにあるような取組を実施する場合、同プロジェクトへの御参加をお願いします。

　 御参加可能なプロジェクト全てにチェックをつけてください。

□身体を動かそうプロジェクト　　□食べて健康！プロジェクト

□栃木県脳卒中啓発プロジェクト　□人生100年フレイル予防プロジェクト

　　　　　　　　　重点プロジェクト　**食べて健康！プロジェクト**

　　①野菜摂取量の増加（野菜を、１皿多く食べよう）

　　　・給食で、野菜の多い献立を提供　　　・園児や保護者に野菜を食べるよう週に１度呼びかけ

　　②食塩摂取量の減少（塩辛いものは、控えめにしよう）

　　　・お客様に減塩メニューを提供　　　・従業員やメンバーに塩分の多いものを控えるよう呼びかけ

　　③朝食の欠食をなくす（朝ご飯を、毎日食べよう）

　　　・従業員やメンバー、園児等に朝食を提供　・お客様に朝食メニューを提供

**◎ 取組宣言記入例**

　　　　　　重点プロジェクト　**身体を動かそうプロジェクト**

　　・従業員やメンバーの目標歩数設定　（県目標：男性9,000歩／日、女性8,500歩／日）

　　・毎週○曜日、年○○回のグループウォーキング

　　・従業員やメンバーに対し、週に１度、階段利用呼びかけ

　　・朝15分の体操運動（ラジオ体操等）

　　・身体活動を促進するイベントや講習会の開催

　　・他団体への運動指導講師派遣　・身体活動に関する啓発資材の配布、情報発信

**禁煙・受動喫煙防止の取組**

・敷地内禁煙

　　・建物内禁煙

　　・禁煙ポスターの掲示

　　・毎朝の朝礼における禁煙の呼びかけ

　　・禁煙に関する講座やシンポジウム等

　　参加



　重点プロジェクト　**栃木県脳卒中啓発プロジェクト**

　・イベント等で参加者に脳卒中の予防を呼びかける

　・従業員やメンバーに脳卒中予防や初期症状の知識を広める

　・事業所に血圧計を設置する

　・高血圧対策のため、従業員やメンバーに減塩に配慮した食生活を呼びかける

**こころの健康に関する取組**

　　・従業員の有給休暇取得率○○%超

　　・相談窓口・体制の設置

　　・ストレスチェック実施率100%



**健診受診に関する取組**

・従業員、メンバーの健診受診率把握

・管理職の人事評価項目の1つに、

　　　　　　部下の健診受診率を採用

・健康診断受診率を把握

・協会けんぽの健康格付け型バランス

　　　　　　　　　　　　シート実施



栃木県健康増進課　健康長寿推進班

TEL　０２８－６２３－３０９４　　FAX　０２８－６２３－３９２０

