

## チャレンジ運動講習会



働く皆さんが、心身ともに健康でいることは、元気な事業所であるために大切なことです。働き盛りの今こそ、健康づくりのための運動を習慣づけましょう。事業所に、運動トレーナーを派遣します。

千葉県 健康支援課 地域保健係  
TEL 043-238-9968  
健康支援課ホームページ(下記)

## 受動喫煙防止対策PRステッカー



喫煙は、喫煙者本人だけでなく、周囲のたばこを吸わない人の健康にも影響を与えます。利用者や従業員の健康の保持・増進を図り、快適で良好な施設環境を促進するため、受動喫煙防止対策PRステッカーを無料で配布しています。

千葉県 健康支援課 健康増進係  
TEL 043-238-9926  
健康支援課ホームページ(下記)

## 健康づくり応援店



市民の皆様が、自分の健康状態にあったものを選択できるよう、外食や惣菜などに栄養成分表示をするとともに、健康に関する情報を提供している飲食店などを健康づくり応援店として登録しています。

千葉県保健所 食品安全課 管理栄養係  
TEL 043-238-9924  
city.chiba.jp/pho/shokuhin/e0015.html

## メンタルヘルスチェックリスト



ストレスが多くて疲れた…。不調が続いているときは、ストレスをため込まず早めに対処しましょう。「心身の健康状態に関する自己チェック票」をつけてみましょう。

千葉県こころの健康センター  
TEL 043-204-1582  
city.chiba.jp/hws/kokoronokenko/

問合せ  
・  
申請先

千葉県健康部 健康支援課 地域保健係  
〒261-8755 千葉県美浜区幸町1-3-9 千葉県総合保健医療センター内2階  
TEL043-238-9968 FAX043-238-9946  
E-メール shien.HWH@city.chiba.lg.jp  
健康支援課ホームページ city.chiba.jp/hwh/shien/

平成25年7月☆スタート! 対象:市内に所在する民間事業所

千葉県

# 健康づくり推進事業所

働き盛りの皆さんが健康的な生活習慣を実践するきっかけづくりのため、職場で運動やたばこ対策などの健康づくりに取り組む事業所を認証します

### ①ポイントを集める

事業所の皆さんが取り組んでいる健康づくりに対してポイントが付きます

対象となる取り組みの詳細は裏面をご覧ください



### ②申請する[平成25年7月1日から随時受付]

申請基準:500ポイント 提出書類:①申請書 ②実績報告書など

●申請書などの用紙は、市ホームページからダウンロードできます

### ③「千葉県健康づくり推進事業所」に認証

- 認証マークを事業所に表示したり、名刺、チラシ等に印刷して使用できます
- 認証期間は、認証日から1年間です。手続きにより更新できます

