

蒲郡市 × 協会けんぽ「健康宣言」 蒲郡市健康Wチャレンジ宣言

蒲郡市では健康経営・健康づくりに取り組む事業所を応援します。
優秀な取り組みをされた事業所は、蒲郡市と協会けんぽにより共同で
「蒲郡市健康づくり推進優良事業所」として表彰いたします。

蒲郡商工会議所も
応援しています

蒲郡市健康Wチャレンジ宣言の流れ

協会けんぽ「健康宣言」により「蒲郡市健康Wチャレンジ宣言」にエントリーとなります。
健康宣言された企業のご担当者様には、後日、健康づくりへの取り組みの相談等の
サポートや蒲郡市の保健事業の活用に関するご案内をいたします。

取組み内容を「健康宣言書」
に記入して協会けんぽに提出
※蒲郡市健康Wチャレンジ宣
言として登録されます

取組みを実施。
年度末に取組み
を愛知支部に報告

優秀な事業所を
「蒲郡市健康づくり推進優良事業所」
として表彰

健康宣言チャレンジ 認定証を交付

蒲郡市・愛知支部ホームページで
事業所名紹介（希望事業所のみ）



優秀な取り組みを 蒲郡市と協会けんぽで 共同表彰！

※協会けんぽ単独の表彰制度もあります。



蒲郡市による「健康宣言」取組サポート

- ★ 職場の健康づくりをサポート **健康づくりの相談等**、職場に合わせた健康づくり推進を支援
- ★ 健康情報等の提供 **がん検診や健康に関するイベントや教室、啓発資材の提供等**
- ★ 従業員の健康づくりを推進 **体重測定100日チャレンジ、健康マイレージの参加推奨**
- ★ 優秀な事業所を表彰し、取組をホームページで紹介

裏面の保健事業をご覧ください

健康づくりの取組の相談・保健事業のお申込・お問い合わせ先

〒443-0036 蒲郡市浜町4番地



蒲郡市健康推進課（蒲郡市保健センター）

電話（0533）67-1151 ファックス（0533）67-9101

メール hoken@city.gamagori.lg.jp

EX-IQRコード





蒲都市の健康づくり事業

健康宣言の取組の活用にお勧めの事業をご紹介します！

1 健康における教育機会の設定

出前講座

食事・運動・心の休養・禁煙・健診事後の健康管理・がん予防等、ご要望に合わせて保健師、管理栄養士、運動指導士が職場に出向きます)

体重測定100日チャレンジ・運動100日チャレンジ

11/1～2/8の100日間体重測定し、スマホや記録表で体重管理
運動習慣のない方にはスマホと連動する活動量計を無料貸出

健康マイレージ

健診を受け、健康づくりに取り組み100ポイント貯めると、
県内の協力店でサービスを受けられる「まいかカード」と商品をプレゼント



2 保健指導の実施 (対象制限あり)

スマート・ライフ・ステイin蒲郡 (宿泊型保健指導)

西浦温泉旅館での1泊2日の合宿で、健康づくりの体験・講義をとおして、
健康目標を決め、生活習慣の改善を目指します。6か月間の健康づくりの
取り組みを保健師、管理栄養士がサポートします。
(宿泊費6,500円～7,500円 ※税抜・入湯税別)

3 食生活の改善

野菜ファーストの推進

社内の食堂に「野菜ファースト」の三角スタンドを提供
「簡単電子レンジクッキング」メニューのご紹介

野菜ファースト



4 運動機会の促進(対象制限あり)

運動サポートセンター

生活習慣病の予防や改善を目的に、健診の結果等
をもとに、個人の健康状態と生活習慣の両面から
運動指導員が各自に適した健康づくりの運動を提案し実践する施設



5 受診推奨の取組 (市民対象・性及び年齢制限あり)

各種がん検診・骨粗しょう症検診・歯周病検診・風しん抗体検査

蒲都市保健センターの保健事業(健診、予防接種等を除く)は、市内在勤の方にご利用いただけます。

本紙でのお申込みも可能です。事業名に☑して事業所名と連絡先、ご担当者様の氏名をご記入いただき、Faxまたはメールでお送りください。

後日、担当保健師からご連絡いたします。

ホームページ
QRコード

