

三重銀行の取組

平成21年度の取組と成果

健康について気をつけている人の増加

- ・ 40歳以上の職員及び扶養配偶者に対する人間ドックの受診勧奨と受診料の補助
- ・ 30歳、35歳職員に対する生活習慣病予防健診の受診勧奨と受診料の補助
- ・ 全職員に対して保健師による巡回個別健康相談の実施
- ・ 人間ドック・定期健康診断結果を基にした保健指導の実施要再検査対象者への受診勧奨

内臓肥満の減少

- ・ 健保連三重連合会主催の「歩こう会」への参加を呼びかけ、45名が参加
- ・ 行内誌でメタボリックシンドロームについての記事掲載
- ・ 定期健康診断において、全職員を対象に腹囲測定、HbA1c、LDL-ch検査を実施

心の健康づくり活動の展開

- ・ 新任管理職を対象としたメンタルヘルス研修の実施（ラインケア）
- ・ 新入社員を対象としたセルフケア研修の実施（セルフケア）
- ・ 個別健康相談においてストレスチェック実施（セルフケア）
- ・ メンタルヘルスの個別相談対応（産業保健スタッフによるケア）

平成22年度に取り組む数値目標

健康について気をつけている人の増加

内臓肥満の減少

心の健康づくり活動の展開

目標達成に向けた取組の内容

健康について気をつけている人の増加

- ・ 人間ドック、定期健康診断での有所見者に対する再検査の受診勧奨
- ・ 全職員に対して保健師による巡回個別健康相談の実施
- ・ 禁煙の推進とともに分煙化の徹底

内臓肥満の減少

- ・ 生活の中で運動習慣を増やす工夫の提唱
- ・ 自分に合った食事内容を理解するための情報の発信
- ・ 保健師による体重コントロールの個別指導

心の健康づくり活動の展開

- ・ 巡回個別健康相談でメンタルヘルスについての情報提供
- ・ 新任管理職を対象としたメンタルヘルス研修
- ・ 新入社員を対象としたセルフケア研修
- ・ 行内誌でメンタルヘルスに関する情報の発信