

金沢衛生管理者研究会 Q&A

Q. 健康づくりへの具体的な取り組み方がわかりません

A.

特に専門職が居なくても可能な目の前の小さなことからやってみましょう。

例えば、健康に関する読み物の配布、体重計や血圧計の設置などから始め、まずは従業員に健康に関心を持って貰うことです。

それらを通して健康診断結果などから見える職場の健康上の課題や傾向などの改善に繋がることに気づいて貰えると健康づくりが実現されていきます。

そして、何より大切なことは健康づくりの主役ともなる衛生管理者が楽しんで企画することです。

楽しさはやがて従業員にも伝わり、体の健康づくりだけでなく、心の健康づくりにも役立っていくことが期待されます。