



刈谷市



協会けんぽ
愛知支部

「健康宣言」

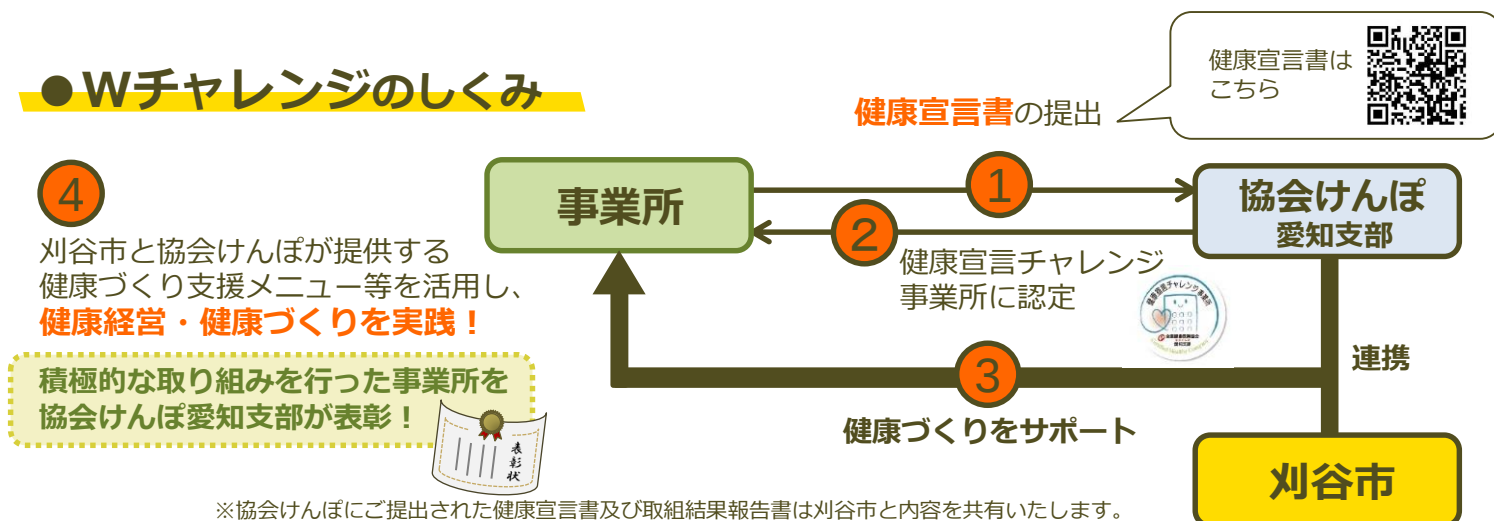
Wチャレンジ 実施中！

刈谷市は協会けんぽ愛知支部と連携して、従業員とご家族の健康づくりに取り組む事業所様を応援しています。

●Wチャレンジとは・・・

刈谷市と協会けんぽ愛知支部がそれぞれ提供する健康づくり支援メニューを活用して、従業員とご家族の健康づくりを効果的・継続的に推進いただく取組です。
もちろん、事業所独自の健康づくり支援メニューに取り組んでいただくことも大歓迎です。

●Wチャレンジのしくみ



「健康宣言」に、**刈谷市メニュー** をご活用ください！

■ 1.出張型健康講座（講師費用：無料）

事務所へ講師が出向き、以下4項目に関する講座を開催します。

●こころの健康づくり

（ゲートキーパーやコミュニケーション、女性特有の健康問題に関する講話、肩こり・腰痛予防体操など）

●栄養・食生活（講話・塩味の感じ方テストなど）

●健康・予防（メタボリックシンドローム予防やたばこに関する講話など）

●歯科（歯周病予防やオーラルフレイルに関する講話）

■ 2. 受診勧奨の取組…従業員やご家族へ受診機会の周知（市民のみ）

●がん検診（有料）…胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん・乳がん・子宮がん検診

●成人歯科健康診査（無料）※18歳の人と、20歳から70歳までの5歳ごとの節目年齢の人

●39歳以下健康診査（有料）

※詳細は刈谷市保健センターへお問い合わせください。

■ 3. 「かりや健康マイレージ」への参加

健康づくりでポイントを貯めて「まいか」を受け取ると、まいか協力店で割引やお得なサービスを受けられます。さらに、**素敵な商品が抽選で当たるチャンスもあります！**

便利で手軽なスマホ版アプリ「**あいち健康プラス**」なら簡単にポイントが貯まります。



「あいち健康プラス」のインストールはこちらから



iPhone



Android



■ 4. 運動機会の促進

- **げんきプラザで「げんき度測定」** 対象:13歳以上の市民（中学生は保護者同伴）費用：500円
中央げんきプラザ（刈谷市総合健康センター3階）や、洲原げんきプラザ（北部生涯学習センター1階）で体力測定や生活習慣の振り返りを行っています。

- **「チャレンジ教室・エンジョイ教室」**

「げんき度測定」を受けると、トレーニング機器を利用した運動ができます。

※詳細は刈谷市ホームページ「げんきプラザで運動をはじめませんか？」をご覧ください。



■ 5. 健康情報の発信

- **健康応援情報・チャレンジメール**

時期に合わせた健康情報や事例紹介、講座や啓発資料の案内を送付しています。

- **働き世代向けパンフレット等**

こころの相談窓口、働き世代が気をつけたい健康的な食生活を送るポイントや、歯周病予防等を掲載した資料があります。ご希望の場合はお問い合わせください。

※Wチャレンジをすると、刈谷市の総合評価落札方式における入札で加点があります。

「健康経営優良法人認定制度」

「健康宣言」をステップアップして、「**健康経営優良法人**」の認定を目指すことができます！

「健康経営優良法人」の認定を受けると？

健康経営優良法人認定の
ロゴマークをPRに
活用できる



求人に

取引先に

※「健康経営優良法人」は日本健康会議による認定制度です。認定要件等は、経済産業省ホームページをご覧ください。

刈谷市メニューのお申込・お問い合わせ先

刈谷市ホームページ



刈谷市保健センター（健康推進課）

〒448-0858 刈谷市若松町 3-8-2

TEL : 0566-23-9559 FAX : 0566-26-0505

▲表彰や認定事業所等詳細はこちら

