



かたらんかい通信（2023年秋号）



朝晩冷え込むことも増えてきました。みなさま、いかがお過ごしでしょうか。
今回は、**日田市・九重町からのお知らせ**と、R5年度第1回おおいた歩得職場対抗戦で見事「**おうえん企業賞**」を受賞された、**株式会社堀土木さん**のご紹介です！是非、周りの方にも声をかけて、みなさんで健康づくりに取り組んでください！

無料で！

事業所の皆さまの健康づくりをお手伝いします

日田市では事業所で働く従業員の皆さまを対象に保健師、健康運動指導士等による運動に関する健康講話・運動実技等を行っています。

日田市内で下記にあてはまる事業所様はぜひご活用ください

- ・従業員は仕事（**デスクワーク**）で体を動かす機会があまり無いので職場ぐるみで何か健康づくりに取り組みたい。
- ・**メタボ**に該当する従業員が多く、健康づくりについて考える機会を持ちたい。
- ・仕事柄、**肩こりや腰痛**などの不調を訴える従業員が多く、改善のための運動やストレッチを学びたい。

など



<相談先>
日田市健康保険課
0973-24-3000

日田市以外（**玖珠町・九重町**）の事業所様はこちら

大分県西部保健所でも、上記のような悩みを抱える事業所様に、理学療法士・作業療法士・公認心理師を無料で派遣する取組みをしています。

まずはお気軽にご相談ください！

<相談先> 西部保健所地域保健課
0973-23-3133

管内では
第1位！

西部地域の健康経営事業所の取組紹介

R5年度
歩得職場対抗戦
おうえん
企業賞

株式会社 堀土木

大分県が運営している健康アプリ「おおいた歩得」では
年2回、職場対抗戦を実施しています。

令和5年度第1回目の職場対抗戦にて株式会社堀土木さんが
第40位おうえん企業賞（ピタリ賞）を受賞されましたのでご紹介します♪

<会社概要>

所在地 大分県日田市大字友田3762番地
設立 1972年6月27日
業務内容 土木工事、法面工事、補修工事 等
従業員数 16名



◎「おおいた歩得」を始めたきっかけ

前社長が病に倒れたことをきっかけに、健康への意識が高まりました。ダイエットに意欲がある職員もいたことから、数名で歩得を利用を開始。従業員同士の仲が良かったため、自然と全員に広まりました。



◎堀土木さんでの取組み

職場対抗戦と併せて、堀土木杯も実施。上位の方には事業所から賞品が送られるので、真剣に取り組んでいます！グループ内ランキングを見て、歩数が伸びていない方には職員同士で声かけしています。

また、毎日みんなが健康チェックをできるように、各現場に体温計と血圧計を配備しています。

おうえん企業賞として
カゴメ株式会社さんから
野菜生活オリジナルが
贈られました♪

◎ミッション・スタンプラリーの利用

市外のミッションなども活用しながら、積極的にポイントを稼いでいます！



～歩得を利用している職員の声～

作業服のウエストがきつくなり、ダイエットのために去年の10月から歩得を利用しながらウォーキングを始めました。おおいた図鑑やバーチャルウォーキングのおかげでモチベーションが上がり毎日楽しく歩くことが出来ました。結果として利用開始から半年程で**15kgの減量に成功**し、今も現状維持出来ています。



「おおいた歩得」の協力店になりませんか？

大分県が運営する健康アプリ「おおいた歩得」では、アプリ利用者がサービスなどを受けられる協力店を募集しています！
職場対抗戦などのイベント時期には集客効果も見込めますので、お気軽にご相談ください♪



<問い合わせ先> 西部保健所 0973-23-3133

協力店の種類は3つ！

○アプリ利用者へ特典を提供する「カード協力店」

- ・サービス内容は各店舗が自由に設定！
- ・「おおいた歩得」ホームページで店舗情報などをPR！
- ・健康づくりを応援する店舗・企業としてイメージアップ！



1杯
サービス！
etc.

○「うま塩もっと野菜スタンプラリー協力店」

- ・塩分控えめや野菜がたっぷりなメニューを提供している店舗で特定のメニューを頼んだお客さんに二次元コードを提示！
- ・イベント時期はポイント目当ての新規顧客の集客も見込めます。



○「温泉巡りスタンプラリー協力店」

- ・お店側は温泉利用者の目に付くところに二次元コードを掲示！
- ・お客さんはポイント獲得のために、湯加減などのアンケートに回答するため、温泉利用者の声を集めることもできます。



この秋、歩いてみませんか？ ～このえまちチャレンジミッション2023～

歩得
ミッション
400pt
もらえる！

対象者：九重町に住民票のある満15歳以上の方

※グループの部は3人以上10人以下で九重町に住民票がある方が半数以上

申込期間：9月26日（火）～10月24日（火）

実施期間：11月1日（水）～11月30日（木）

申込方法：申込用紙の提出もしくは二次元コードからの申請 ⇒

内容：・歩数がカウントできる機器を持ってウォーキング

・毎日の歩数を歩数記録表に記録する。

※「おおいた歩得」利用者はログインで自動記録

・1カ月の歩数を報告書に記入し、保健福祉センターへ提出。



<問い合わせ先> 九重町保健福祉センター 0973-76-3838