

# 健康づくり教材を貸し出します！

「簡単」「手軽」に健康づくりに啓発をしてみませんか？



健康づくり活動をはじめたいけど、時間も予算もなくて…



働き方改革、何からはじめればいいのか…

御担当者様は「展示スペースの確保」と「教材の受渡し」をするだけ。

健康な社員が増えれば、病休者の減少・作業効率の向上などの働き方改革にもつながります。

宮城県は **16年連続メタボ全国ワースト4位以内**※です！

仙南地区では、「減塩・野菜摂取量の増加」、「受動喫煙防止」、「歩数アップ」に取り組んでいます。

食生活や運動習慣を振り返るきっかけに、ぜひ啓発媒体を御活用ください。 ※特定健診・特定保健指導結果(厚生労働省)

## ベジミル



野菜摂取量を測定して  
食事を見直しませんか？

## タール模型



たばこを1年間20本吸った時に  
蓄積されるタールの量が  
分かります。

## ロコモ度 テストツール



あなたの足の筋力を  
確認しませんか？

★★ 貸出までの流れはこちら ★★

電話 or FAX

受取

展示

返却

●保健所に教材の空き状況を確認  
●利用日と教材を決定後、申請書を提出

●受取日に保健所で教材を受取

●各施設での啓発活動を実施

●保健所に教材を返却  
●アンケートを提出して完了

対象者に合ったオススメの教材や使い方の提案もしております。詳しくは電話でお問い合わせください。

お問い合わせ先: 宮城県仙南保健所 成人・高齢班 まで

〒989-1243 宮城県柴田郡大河原町字南129-1

TEL:0224-53-3120 FAX:0224-52-3678

E-mail: [snthbsk@pref.miyagi.lg.jp](mailto:snthbsk@pref.miyagi.lg.jp)

\* 詳しい教材の説明や、各種様式は仙南保健所ホームページに掲載中！

仙南保健所 健康づくり媒体

