

# 働く人の健康づくり、お手伝いします！

令和7年度

## はたらく人の

# けんこうクイズ！

昨年は  
40事業所  
614人が  
チャレンジ！

## 参加事業所 募集中！



スマホで

クイズで

ヘルス  
アップ

日頃忙しい働き盛り世代だからこそ  
仕事も健康もバランス良く！  
生活習慣の振り返りが大切です！

働き盛り世代の健康づくりに  
役立つポイントを、スマホで  
手軽に！クイズで楽しく！  
お届けします。



### 対象

栗原市、大崎市、色麻町、  
加美町、涌谷町、美里町

宮城県大崎保健所管内の事業所

### 参加申込

8月8日（金）まで

参加申込専用ページ  
はこちらから

URL：  
[https://logoform.jp/form/  
GQGB/r7kenkouquiz](https://logoform.jp/form/GQGB/r7kenkouquiz)



### 申込・解答の流れ

### 3ステップ！

#### ① 申込

8月8日（金）まで

事業所ごとに  
ご担当者・代表の方が  
申込専用ページから  
申し込む。

所要時間  
約1分

#### ② 従業員へ周知

保健所から送られる、  
「クイズ解答シート」  
を従業員へ周知。  
例) メール配信、壁に  
掲示等



#### ③ クイズ解答

従業員さん各自が  
チャレンジ！



### 特典

クイズ全問正解者から抽選で  
ギフトカード（500円分）プレゼント！



### クイズのイメージ

昨年度の  
問題です

次のうち、睡眠に悪影響を与えるコーヒーの量の  
目安はどれでしょうか。 ※コーヒーカップ1杯175cc

① 2杯以上 ② 3杯以上 ③ 4杯以上

答 ③ 4杯以上

お問合せ

宮城県大崎保健所 健康づくり支援班  
TEL 0229-87-8010

働く人の健康づくりを応援します！  
役立つ情報満載！「おおさき健康ナビ」

