

働き盛り世代の皆様へ  
宮城県塩釜保健所から健康に  
役立つ情報をお届けします！



# けんこうエクスプレス

No. 3  
平成30年9月

## ～事業所等の健康づくりの取組紹介～

健康づくりに積極的に取り組んでいる事業所を紹介します。ぜひ参考にしてみてください。

### 今回は プライムアースEVエネルギー株式会社さんです！



#### ◎事業所等のプロフィール◎

当社は、トヨタ自動車とパナソニックの合併会社として、1996年12月に静岡県湖西市に設立。ハイブリット車用車載電池の製造を行っており、宮城工場は3つ目の拠点工場として、2010年に生産を開始しています。宮城工場ではニッケル水素電池の生産を行っていますが、第4工場からはリチウムイオン電池の生産も開始し、今後、第7工場まで増設予定となっています。現在、約3800名（宮城工場は約950名）の従業員が働いています。

### 私たちは 禁煙希望者への禁煙支援プログラム

を実施しています！

#### どんな取組ですか？

禁煙希望者に禁煙宣言をしてもらい、保健師とマンツーマンで6ヶ月間の禁煙指導をしています。また、希望者にはニコチンパッチの無料配布や昨年度の禁煙成功者との禁煙座談会、家族や同僚から応援メッセージをもらう等、禁煙を続けられるように工夫をしています。禁煙成功者には、記念品や健保から景品と交換できるポイントがもらえます。

#### 社員の皆さんの反応はいかがですか？

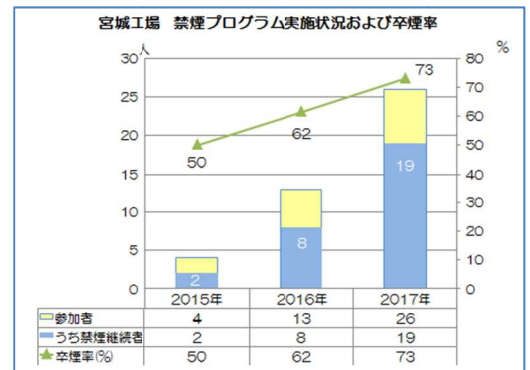
禁煙成功者からは、「目覚めが良くなった」「お金が貯まる」「娘が寄ってくるのが嬉しい」など前向きな声がたくさん届いています。参加者は年々増加していて、昨年参加された方の約73%（19名）が禁煙継続中です。今年度は現時点で17名が参加申込をし、禁煙に挑戦中です。

#### その他に健康づくりに関して取り組んでいることはありますか？

健康増進・禁煙新聞の発行や食堂でのヘルシーメニューの提供、また、例年、世界禁煙デーに合わせて測定機器を用いた健康イベントも実施しています。今後も従業員とともに、健康づくりやメタボ対策に取り組んでいきたいと思えます。



保健師の青田さん。「健康経営優良法人2018ホワイト500」の盾とともに。



(上) 禁煙座談会の様子  
(左) 健康イベントの様子

#### ◎編集後記◎

健康づくりに関する取組を積極的に行う県内の企業、市町村、地域団体等を表彰する「スマートみやぎ健民表彰」（会長：知事）にて、平成28年度に企業部門の優良賞を受賞されています。喫煙率の減少や生活習慣病の悪化による休業者が0人等の成果が評価されました。今後とも、県民の健康づくりへの御協力をよろしくお願いします！

めざせ！  
受動喫煙  
ゼロ



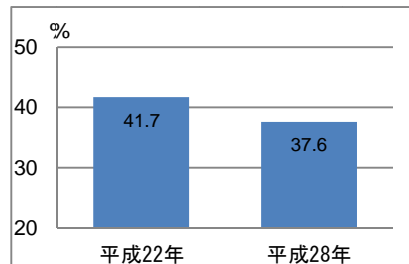
©宮城県・旭プロダクション

今回のテーマは

# 受動喫煙

## 受動喫煙とは？

本人は喫煙しなくても、身の回りのたばこの煙を吸わされてしまうことを「受動喫煙」といいます。宮城県における職場での受動喫煙は減少していますが、県が目標としている0%には達していません。



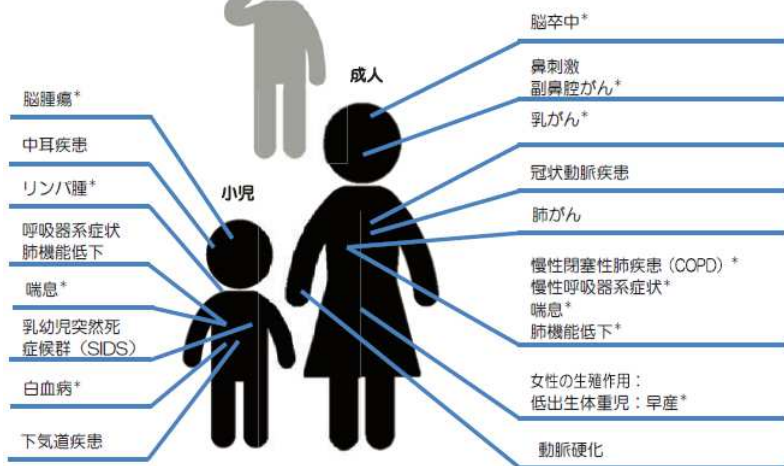
職場で受動喫煙の機会を有する人の割合  
(宮城県県民健康・栄養調査より)

## 副流煙・呼出煙にも有害物質が含まれています

喫煙者が吸っている煙（主流煙）だけでなく、たばこから立ち上る煙（副流煙）や喫煙者が吐き出す煙（呼出煙）の中にも多くの有害物質が含まれています。たばこは吸う人だけでなく、周りの人にも影響を与えます。

## 受動喫煙による身体への影響

こんなに多くの影響  
があります！



\*因果関係の証拠：示唆的  
因果関係の証拠：確実

出典：World Health Organization  
WHO Report on the Global Tobacco Epidemic, 2009



## 「加熱式たばこ」も健康に影響を与える 可能性があります！

世界保健機構（WHO）では、加熱式たばこや電子たばこの使用者が吐き出したエアロゾルは周囲に拡散するため、受動吸引による健康被害が生じる可能性があるとしています。「加熱式たばこだから周りの迷惑にならない」という訳ではありません。



## 【喫煙者の方へ】

受動喫煙による健康への影響を知り、近くに人がいる場合、特に妊産婦や子どもの近くではたばこや加熱式たばこ、電子たばこを吸わないようにしましょう。



今回の一句

# 減塩し 間食なくし 脱メタボ

平成26年度脱メタボ標語 黒川地区地域医療対策委員会賞 大郷町立大郷中学校 大場 梨央さんの作品

次号もお楽しみに！

©宮城県・旭プロダクション

## 【お知らせ】

9月1日～9月7日は受動喫煙ゼロ週間です。屋外では、喫煙者から半径7m未満にいる人はたばこのおいと発がん物質にさらされると言われています。屋外でも周りへの配慮をお忘れなく！

参考：宮城県受動喫煙防止ガイドライン



発行元：  
宮城県塩釜保健所 健康づくり支援班  
Tel. 022-363-5503 (直通)  
ホームページ  
<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/sd-hohuku/kenkou-express.html>

