

健康教育・広報等の活動



講習会の開催

第98回産業安全衛生講習会

- 日時 2023年9月27日(水) 13:30～14:30
会場 サンヒルズ甲西(湖南省市民学習交流センター)
演題 職場のメンタルヘルス対策について
～治療と仕事の両立支援ガイドラインを中心として～
講師 独立行政法人 労働者健康安全機構
滋賀産業保健総合支援センター
副所長 吉川 昌毅 様
主催 公益社団法人 湖南工業団地協会
共催 一般財団法人 滋賀保健研究センター



第98回産業安全衛生講習会 講演風景

第99回産業安全衛生講習会

- 日時 2023年12月5日(火) 14:00～16:00
会場 滋賀保健研究センター 新シルクホール
演題 これからはじめる！化学物質取扱の基本からリスクアセスメント健診まで
～職場で健康被害を起こさないために 自律的管理から健康管理へ～
講師 独立行政法人 労働者健康安全機構
滋賀産業保健総合支援センター
副所長 吉川 昌毅 様
主催 一般財団法人 滋賀保健研究センター



第99回産業安全衛生講習会 講演風景

機関紙の発行

アクティブライフ

第129号

2023年5月発行

〈主な内容〉
・ 就任・着任のごあいさつ
・ 「健康経営優良法人 2023（大規模法人部門）」に認定されました
・ 事業所紹介「滋賀運送株式会社様」
・ 検査についてのお話「マスクフィットテスト」
・ 当センター健診における基準範囲、判定区分改定のお知らせ
・ 第44期（2023年度）事業計画
・ 健康一口メモ、編集後記

第130号

2023年7月発行

〈主な内容〉
・ 令和5年度 全国安全週間実施要綱
・ 理事長講話「成長する人の脳内で起こっている事」
・ 事業所紹介「株式会社 IHI 回転機械エンジニアリング 堅田工場様」
・ 健康づくり事業のご紹介
・ CARADA 健診サポートのご案内
・ 2023年度 フレッシュ職員紹介
・ 健康一口メモ、編集後記

第131号

2023年9月発行

〈主な内容〉
・ 令和5年度 全国労働衛生週間実施要綱
・ 事業所紹介「株式会社聖心製作所様」
・ LOX-index
・ 睡眠の質を高めよう！
・ 施設健診・集合健診のご案内
・ インフルエンザ
・ 健康一口メモ、編集後記

第132号

2024年1月発行

〈主な内容〉
・ 新年のご挨拶
・ （三重版）伊賀診療所長講話、全国保険協会 三重支部から
・ （滋賀版）事業所紹介「たねや・クラブハリエ様」
・ （三重版）事業所紹介「住友理工株式会社様」
・ 第4期特定健康診査（特定健診）、特定保健指導について
・ 第98回・99回産業安全衛生講習会の報告
・ 胸部・胃部X線検診車「BM23号車」の整備を行いました
・ 健康一口メモ、編集後記

第160号

2023年4月発行

メインテーマ：ビジネスマンこそ大事な食育！

みんなのひろば

- ・旬の食材を使ったレシピ ～旬の食材「しいたけ」～
- ・感染症対策の方法 ～咳エチケット～

第161号

2023年6月発行

メインテーマ：梅雨の時期の体調不良に気を付けましょう

みんなのひろば

- ・食事に関するウソ、ホント ～オートミールは体に良いつてウソ？ホント？～
- ・あなたに合ったストレス解消方法 ～呼吸法（腹式呼吸）～

第162号

2023年8月発行

メインテーマ：意外と知らない！紫外線対策

みんなのひろば

- ・食事に関するウソ、ホント ～野菜ジュースは野菜の代わりになるってウソ、ホント？～
- ・ストレッチで痛み解消！ ～肩こり～

第163号

2023年10月発行

メインテーマ：骨粗鬆症を防ごう

みんなのひろば

- ・食事に関するウソ、ホント ～高カカオチョコレートは健康に良いつてウソ、ホント？～
- ・あなたに合ったストレス解消方法 ～ストレッチング（柔軟体操）～

第164号

2023年12月発行

メインテーマ：冬こそチャンス！冬ダイエット

みんなのひろば

- ・食事に関するウソ、ホント ～玄米は体に悪いってウソ、ホント？～
- ・ストレッチで痛み解消！ ～腰痛～

第165号

2024年2月発行

メインテーマ：ヒートショックに気を付けよう

みんなのひろば

- ・食事に関するウソ、ホント ～油はダイエットの味方ってウソ、ホント？～
- ・あなたに合ったストレス解消方法 ～入浴～

健康づくり事業

衛生教育及び健康教育事業

開催日		内容	開催地	指導者名
2023年 4月28日	1日間	〈講演〉 ストレスをためないために ～ストレスの原因と予防、対策を知ろう～	長 浜 市	高橋保健師
2023年 6月14日	1日間	〈講演〉 健康寿命を延ばそう！ ～生活習慣との関わりについて～	長 浜 市	田中管理栄養士
2023年 6月23日	1日間	〈講演〉 こんな時はどうする？ 様々な場面での食事の摂り方	東 近 江 市	辻本管理栄養士
2023年 6月29日	1日間	〈講演〉 熱中症に注意！	湖 南 市	杉田管理栄養士
2023年 6月30日	1日間	〈講演〉 熱中症に注意！	長 浜 市	杉田管理栄養士
2023年 7月 4日	1日間	〈講演〉 熱中症から身を守ろう ～正しく理解し、的確な予防と対策を！～	湖 南 市	安代保健師
2023年 9月14日	1日間	〈講演〉 健康診断結果の見方を知ろう！ ～正しく理解して生活改善～	野 洲 市	田中管理栄養士
2023年10月3日	1日間	〈実技〉 からだを動かして肩こりを予防・改善しよう！	長 浜 市	青木健康運動指導士 安代保健師
2023年10月 5日～ 2023年10月25日	2日間	〈講演〉 ①健康診断結果の見方を知ろう！ ～正しく理解して生活改善～ ②知っとく！なっとく！ メタボリックシンドローム	長 浜 市	辻本管理栄養士
2023年10月16日	1日間	〈講演〉 健康診断結果の見方を知ろう！ ～正しく理解して生活改善～	守 山 市	高橋保健師
2023年10月18日	1日間	〈講演〉 アルコール依存症について	草 津 市	高橋保健師
2023年11月 8日	1日間	〈実技〉 腰痛・肩こり予防体操	草 津 市	奥田匡人健康運動指導士 奥田茉莉健康運動実践指導者
2023年11月29日	1日間	〈講演〉 メンタル不調者との接し方を知ろう	彦 根 市	高橋保健師
2023年12月 4日	1日間	〈講演〉 生活習慣病を予防しましょう	湖 南 市	高橋保健師
2023年12月 7日～ 2023年12月14日	2日間	〈講演〉 深夜勤務従事者の健康管理 ～24時間戦えますか？～	栗 東 市	高橋保健師
2024年 1月15日～ 2024年 1月16日	2日間	〈実技〉 ソフトエアロ	長 浜 市	青木健康運動指導士
2024年 1月31日	1日間	〈講演〉 体を痛めない椅子の座り方 ～腰痛の予防法を学ぶ～	彦 根 市	高橋保健師
2024年 2月 8日	1日間	〈実技〉 むくみ取り体操・ストレッチ	米 原 市	青木健康運動指導士
2024年 2月18日	1日間	〈実技〉 スポーツイベント準備体操	草 津 市	青木健康運動指導士

健康診断事後措置

開催日		内容	開催地	指導者名
2023年 5月23日	1日間	保健指導 (健康診断の結果を基にした、生活習慣改善のためのアドバイス)	伊賀市	伊藤保健師
2023年 8月28日	1日間	保健指導 (健康診断の結果を基にした、生活習慣改善のためのアドバイス)	湖南市	高橋保健師
2023年10月 2日～2023年10月 3日	2日間	保健指導 (健康診断の結果を基にした、生活習慣改善のためのアドバイス)	甲賀市	安代保健師 伊藤保健師
2023年11月 8日～2023年11月 9日	2日間	保健指導 (健康診断の結果を基にした、生活習慣改善のためのアドバイス)	栗東市	高橋保健師 伊藤保健師
2024年 1月 9日	1日間	ヘルシーチェック (日頃の食事の栄養バランスを分析)	愛荘町	辻本管理栄養士 田中管理栄養士 杉田管理栄養士
2024年 2月 6日～2024年 2月 8日	2日間	保健指導 (健康診断の結果を基にした、生活習慣改善のためのアドバイス)	草津市	高橋保健師
2024年 3月 5日	1日間	保健指導 (健康診断の結果を基にした、生活習慣改善のためのアドバイス)	大津市	高橋保健師
2024年 3月22日	1日間	保健指導 (健康診断の結果を基にした、生活習慣改善のためのアドバイス)	野洲市	高橋保健師

健康増進事業

開催日		内容	開催地
2023年10月17日～2023年10月19日	2日間	血管年齢測定、骨密度測定、食事・運動習慣チェック	東近江市
2023年10月20日～2023年10月26日	2日間	血管年齢測定、骨密度測定、食事・運動習慣チェック	東近江市
2023年10月24日	1日間	体力年齢チェック(体力測定6項目)	草津市
2024年 2月29日	1日間	体力年齢チェック(体力測定6項目)	多賀町
2024年 3月 7日～2024年 3月19日	6日間	脳年齢測定、骨密度測定	名張市

こころの健康づくり事業

開催日		内容	開催地	指導者名
2023年10月19日	1日間	〈講演〉ストレスチェック集団分析説明会	守山市	安代保健師
2024年 3月19日	1日間	〈講演〉ストレスチェック集団分析説明会	甲賀市	高橋保健師
2024年 3月22日	1日間	〈講演〉ストレスチェック集団分析説明会	大津市	安代保健師