

# 犬山市 × 協会けんぽ「健康宣言」 Wチャレンジ 実施中！

**Wチャレンジとは…** 協会けんぽ愛知支部と自治体が健康宣言、健康経営の推進を双方で行うことにより、職場での健康意識を高め、継続的な健康づくりを目的としています。

犬山市では協会けんぽの健康宣言に参加された事業所を「犬山市健康づくり推進事業所」として認定し、事業所の健康づくりを応援します。

**犬山市でご用意している健康づくり支援メニュー**をぜひご活用ください！

## … Wチャレンジの流れ …

協会けんぽ愛知支部に  
「健康宣言書」を提出

選択した  
取組みを実施

取組結果報告書を  
提出

翌年度の  
取組みへ

**健康宣言チャレンジ  
認定証を交付**

犬山市・協会けんぽ愛知支部  
ホームページで事業所名紹介  
(希望事業所のみ)



年度末に協会けんぽ  
から各事業所へ  
取組結果報告書を発送

**優秀な取り組みを行った事  
業所を犬山市と協会けんぽ  
で共同表彰 (予定)**

※協会けんぽ単独の表彰制度も  
あります。

協会けんぽにご提出された健康宣言書及び取組結果報告書は犬山市と内容を共有いたします

「健康宣言」に、**犬山市メニュー**をご活用ください！

## ● 出張健康講座

依頼テーマに応じて保健師・管理栄養士が健康講座を実施します。  
費用は無料です。(会場はご用意ください)

### テーマの例

- ・健康診断の結果の見方について
- ・生活習慣病の予防について
- ・メタボリックシンドロームについて
- ・食生活について



## ● 健康相談会・測定会

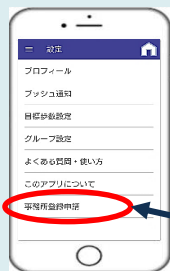
お昼休みなどの時間を使って、保健師・管理栄養士に自由に  
相談ができる健康相談会を実施します。  
血圧や骨密度などの測定も実施できます。(会場はご用意ください)

### 測定項目

- ・血圧
- ・骨密度 (一人300円)
- ・握力
- ・栄養バランスチェック

## ●ウォーキングアプリ てくてく

主に歩数計として使えるスマホアプリです。  
通勤時間やお昼休み、休日などに「ウォーキング」を取り入れる  
きっかけとなります。



### 事業所登録を すると

事業所内での  
ランキングが  
表示されるので  
従業員同士で  
競い合うことが  
できます。

アプリ内のイベントに参加すると  
賞品をもらえる楽しみも!!

### インストールはこちら

【iPhone】  
iOS (バージョン9.0以上、「iPhone 5s, 6」以降)  
※てくてくの利用にはモーションと  
フィットネスの設定が  
必要となる場合があります。

【Android】  
Android (バージョン5.5以上)  
※てくてくの利用には、  
まずGoogleFitの設定が  
必要となります。



GoogleFit



てくてく

## けんけん ●犬健チャレンジ

**対象** 18歳以上の市民・市内事業所の従業員  
【実施期間】 6月～翌年1月



**内容** 健康診査・がん検診、を受診し、成人保健事業への参加や、自身の健康  
づくりへの取組みでポイントを貯めると、特典が受けられます。

健診(検診)を  
受ける



健康づくりに取組み、  
ポイントを貯める



健康推進課へ  
提出



①優待カード「まいか」  
をもらってプレゼント!  
②抽選で素敵な賞品が  
当たります!

## 「健康経営優良法人認定制度」

「健康宣言」をステップアップして、「健康経営優良法人」の認定を目指すことができます!  
「健康経営優良法人」の認定を受けると?

健康経営優良法人認定の  
ロゴマークをPRに  
活用できる



健康経営優良法人  
Health and productivity  
ホワイト500



健康経営優良法人  
Health and productivity



健康経営優良法人  
Health and productivity  
ブライト500



健康経営優良法人  
Health and productivity

求人

取引先に

※「健康経営優良法人」は日本健康会議による認定制度です。認定要件等は、経済産業省ホームページをご覧ください。

### 犬山市メニューのお申込・お問い合わせ先

〒484-0061 犬山市大字前原字橋爪山15番地2

犬山市役所健康福祉部 健康推進課 (市民健康館)

TEL : 0568-63-3800 FAX : 0568-65-3080 MAIL : kenko@city.inuyama.lg.jp