



健康づくりに取り組む 市内事業所を応援します！

市健康企画課では、健康づくりに取り組む市内事業所を支援するため、さまざまな事業に取り組んでいます。

健康づくりメニュー

① “私の健幸”測定事業

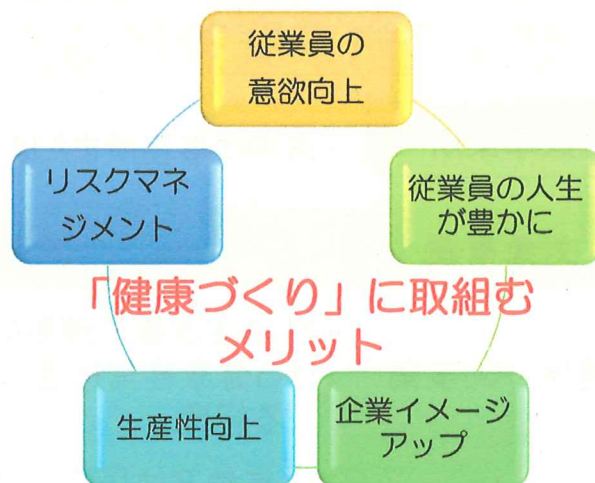
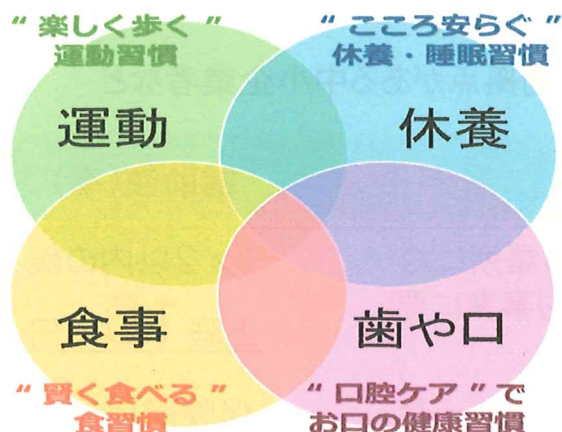
健康運動指導士を派遣して「体組成測定」や「運動指導」を提供します。全2回の講座で、1回目の講座から3か月後に2回目の講座を実施して筋肉量などを測定して評価・分析を行います。

② “健幸プロ”派遣事業

保健師、管理栄養士などの専門家を派遣して健康づくりに関する出前講座を提供します。

③ 健康経営事業費補助金

健康経営に主体的に取り組む事業所を対象に、健康づくり事業に係る費用を一部助成します。



問合先 藤枝市健康企画課（保健センター内）
電話：054-645-1113
E-mail：kenkokikaku@city.fujieda.shizuoka.jp

ふじえだ“まるごと”
健康経営プロジェクト



— 事業の紹介 —

① “私の健幸” 測定事業

講座内容

講師を無料で派遣します(市負担)

初回講座

- ◆体組成測定(筋肉量、体脂肪量など)及び解説
- ◆体力測定(スクワット運動、立位体前屈など)
- ◆運動指導(スクワット運動、ストレッチなど)、アドバイス指導

第2回講座

- ◆初回講座から概ね3か月後に再度実施
- ◆分析・評価
- ※翌年度においても希望に応じて実施可能(任意)



利用申込

初回講座

第2回
講座

分析
評価

実績報告

② “健幸プロ” 派遣事業

出前講座メニュー

講師を無料で派遣します(市負担)

1. 生活習慣病予防講座
2. 元気に働くための食事講座
3. 歯や口腔ケアに関する講座
4. 喫煙対策に関する講座 など



利用申込

講座実施

実績報告

③ 健康経営事業費補助金

対象事業所

・市内に事務所または事業所、活動拠点がある中小企業者など

対象事業	補助の対象	補助額(率)
健康づくり事業	食生活改善や運動の習慣化、事業所における健康経営推進等の健康づくり事業に要する経費	1/2以内の額 上限 15 万円
喫煙・受動喫煙防止対策事業	従業員又は民間団体等の構成員が行う禁煙治療に要した医療費本人負担額に対する助成事業に要する経費 ※医療機関の禁煙外来において禁煙治療を終了したものに限る。	保険適用後の自己負担額のうち 上限 1 万円