

取組事例14

がんばる企業の健康と安全をサポートします

一般社団法人 青森地区労働基準協会



団体概要

所在地 : 青森県青森市

会員数 : 553事業所

事業内容 : 事業者及び労働者が健康で安全な生活を送るため、労働基準法及び関係法令を基とした労働条件、労働災害防止活動、災害補償及び雇用保障等の事務的支援を行い、福祉の向上と産業の健全な発展に寄与すること

申請年度 : 令和6年度

活用の 背景と目的

QOL健診を企業の安全衛生担当者に体験してもらい、生活習慣改善に取り組む手段として有効で、企業の健康経営にも繋がることを広く知ってもらうため企画しました。費用面がネックでしたが、青森産業保健総合支援センターから助成金利用の提案を受け実施できました。

申請するまでの流れ

時期	実施したこと
令和6年度分申請	
令和6年8月	青森産業保健総合支援センターを通じて助成金の存在を知り、交付申請
令和7年1月10日	QOL(クオリティ・オブ・ライフ) 研修を実施

会員に提供するサービスの内容

令和6年度実施内容

- **「QOL(クオリティ・オブ・ライフ) 研修」を実施**
(リーフレット裏面の申請サービス⑦)

1月10日、参加希望のあった19事業場の安全衛生担当者33名に対して同健診を実施しました。

- ・ QOL健診は青森県の短命県返上を目的として弘前大学COLで開発されました。
- ・ 「メタボ」、「口腔保健」、「ロコモ」、「うつ病・認知症」の4つの重要テーマを総合的に判定するため、生活習慣の問診から始まり、身体測定、野菜摂取量、運動機能など11項目を測定。測定後は速やかに結果を数値化した「健やか力UPシート（測定結果）」が受診者に配布されます。
- ・ 検査結果を見ながら健康教育を受けるため、健康状態を自覚しながら生活習慣改善の意識を高めることができます。
- ・ 「握力」、「2ステップ歩幅測定」、「立ち上がり」の運動機能測定では、スタッフや周りの参加者から「頑張れ！」などの応援の声が上がるなど、笑顔で楽しみながら受診していました。



健康度測定（体組成）の様子



健康教育の様子

健診と健康教育が1日で可能！

2時間で詳細結果をフィードバック！

身体がわがわが
意識がわがわが
社会がわがわが

メタボ ロコモ
口腔 心の健康

(一社)青森地区労働基準協会 安全・衛生部会企画

QOL研修 開催のお知らせ

日 時：令和7年1月10日（金）13:30～15:30
場 所：アビオあおもり（青森市中央3-17-1）
費 用：無 料
申込締切：令和6年12月10日必着（定員40人）

<申込方法>
①別紙「QOL健診参加申込意向書」及び
②定期健康診断結果の写し（委任書）を提出してください
※定期健康診断結果がなければ、より詳細に自身の健康状態を把握できます

<申込・問合せ先>
一般社団法人 青森地区労働基準協会
030-0811 青森市青森2-2-6 労働基準会館2階
TEL: 017-723-1755 FAX: 017-723-5741
Mail: kouisyuu@qorouki.com

QOL健診は短命県返上の切り札！
労働基準協会
労働安全衛生センター
QOL健診は、健康づくりの切り札として、
労働安全衛生センターが中心となり、
関係機関と連携して取り組んでいます。

青森地区労働基準協会 健やか力推進センター
設 置：青森県労働安全衛生センター

取組の成果

参加者からは「楽しく検査できた」、「思ったより体が動かず、意識と体力のズレを自覚した」、「今すぐ運動を始めなければと思った」、「自社でもできないか検討したい」などの感想があり、QOL健診が生活習慣改善に有効であることを体感できたと思います。

申請に当たり 苦労した点

申請時に構成事業主の規模と業種を提出しますが、その確認作業に苦労しました。初めての申請で、記載事項の不備から何度か書類の差し戻しがありましたが、その都度、担当者から具体的な指示をもらい審査を通過できました。

これから申請 を検討してい る団体への アドバイス

申請書や結果報告提出後、記入ミスや内容の修正などで何度か差し戻しがあり、申請書の受理や助成金の支給に時間を要する場合があります。年度末などは特に注意が必要ですので、余裕をもった日程での手続きをお勧めします。申請は電子申請システムを利用したため、書類提出や修正などのやり取りはすべてメールや電話で対応しました。

