

## 特定保健指導（初回面談）を実施しました

丸太運輸株(名古屋市瑞穂区 代表取締役 高村 重好)におきまして特定保健指導(初回面談)を実施いたしましたのでご紹介させていただきます。

### 1.実施日、実施人数

平成30年7月17日、18日、19日、24日、25日  
計29名

### 2.特定保健指導の実施に至った経緯

従業員の健康増進対策の一環として実施しました。

### 3.株あまの創健の保健師・管理栄養士による面談内容

#### ・ 検診結果の説明

過去の健診結果も確認しながら総合的に体の状態を説明

#### ・ 健診結果と生活習慣病との関連、健康状態への影響について説明

現在の数値変化だけでなく、今後予想される数値変化、リスクも説明

#### ・ 生活習慣を改善する方法について紹介、今後の目標設定

現在の生活リズムやご本人の考え方を踏まえた上で、現実的に実践可能と考えられる方法を提案し、目標決定をサポートしていく

#### ・ 今後のプログラムの流れや自己管理方法について

健康づくりシートの記入、やりとり、電話支援、半年後評価について説明

#### ・ 本人からの質問への対応



### 4.丸太運輸株より

このような取り組みは、従業員の健康管理や安全配慮或いは労働力の確保にも繋がることなので、次年度以降も継続していきたいと思っております。

### 5.保健師・管理栄養士より

初回面談が本人の健康管理のきっかけ作りにはしていただくと共に、今後も生活改善の取り組みについてサポートさせていただくこともお伝えしました。

精密（二次）検診を毎年、受診してもご自身が食事、運動などの生活改善をしなければ脂質、血糖、血圧の改善は見込めません。更に重症化すると、心筋梗塞・脳梗塞を引き起こす可能性もあります。ご自身の健康の為にも是非、取り組んでいただくようお願いいたします。