

# 沖縄県(県職員)の「うちなー健康経営宣言」

2040年までに平均寿命日本一、健康寿命も延伸



## 宣言の目的

- ・ 「うちなー健康経営宣言」では、企業等の代表者が健康経営を実践することを決意し、それを組織内外へ公表します。
- ・ 沖縄県においても、率先して「健康経営」に取り組み、この取組が「健康経営」の機運を高めるとともに、県職員がその能力や個性を最大限に発揮し、県民の期待に応え、良質で効率的な行政サービスを提供し続けていけるよう、職員の健康保持・増進、働きがいのある職場づくりに取り組むことを公表する「うちなー健康経営宣言」を行う。

※「健康経営」とは、従業員等の健康保持・増進の取組が、将来的に収益性等を高める投資であるとの考えのもと、健康管理を経営手法・視点から考え、戦略的に実践すること（NPO法人健康経営研究会の登録商標）

## 主な取組

1. 職員に対して健康意識を向上させる取組を行う(健康アプリの利用、血圧測定、健康動画の紹介)
2. 食生活の改善に取り組む(食事、食材等のアドバイス、食育の日の庁内放送、「うちなー予防めし」の周知)
3. 運動機会の増進に取り組む(オンラインウォーキングイベント)
4. 禁煙や受動喫煙防止に取り組む
5. 適正飲酒対策に取り組む(健康セミナー・保健だよりでの知識の周知、節酒カレンダーアプリの周知)
6. 感染症予防に取り組む(庁内放送による感染症予防の励行、職員の罹患等の確認)
7. 時間外勤務の縮減や有給休暇取得を促進する(毎週水曜日の「ノー残業デー」の設定、県庁ライトダウン)
8. メンタルヘルス対策に取り組む(ストレスチェックの実施)



うちなー健康経営宣言