

健康経営に役立つ制度

函館市の健康づくり事業

○ 出前講座

- 市内に在住または勤務する方で、おおむね10人以上のグループを対象に、市職員が講師として出向き、お申込みのあったテーマについてご説明します。詳しくはホームページをご確認ください。

<https://hako-kenko.com/for-companies/consultation/#01>



健康づくり・健康増進をテーマとした講座の内容

(函館市保健福祉部健康増進課の職員が講師として出向きます。)

- ・ 企業の健康経営
- ・ 健診結果の見方と生活習慣病の予防
- ・ がん予防とがん検診
- ・ たばこと健康
- ・ 健康づくりのための食事
- ・ 若い女性の食生活
- ・ 函館市食育推進計画

※ 健康づくり・健康増進をテーマとした内容であれば、記載の内容以外での講座も可能です。

詳しくは、健康増進課までお問い合わせください。

○ 口腔保健推進事業（歯科医師派遣）

- 市内の介護施設、企業・団体などからのご依頼により、歯科医師を派遣し、オーラルフレイルの予防、口腔ケアの重要性等の講話や歯科相談などを行います。お申込みが必要ですので、詳しくはホームページをご確認ください。

<https://hako-kenko.com/for-companies/consultation/#02>





○ はこだて健幸アプリ ^{ハコビット} ～Hakobit～

- 函館市では、令和4年5月にウォーキングや健康手帳の機能を備えた、市民の健康づくりにつながる活動を楽しく管理できるアプリをリリースしました。個人・事業所の単位にかかわらずイベントなどに参加することで、健康づくりに活用できます。<https://hako-kenko.com/hakobit/>

○ はこだて市民健幸大学

- 函館市民を対象とした、元気いっぱいのおしゃかライフを目指す参加型イベントです。ウォーキングイベントなどのプログラムの実施や講演会の開催などを行っています。詳しくはホームページをご確認ください。
<https://hako-kenko.com/event/>



はこだて市民健幸大学



○ はこだて健幸応援店

- 市内の飲食店等で栄養バランス等に配慮した食事提供の場を増やし、市民の健康的な選択や家庭での実践につながる仕組みを作ることを目的として募集し、登録されたお店です。市民に向けて、市が提供する健康情報等の発信を行っています。登録店についての情報は、ホームページをご確認ください。
<https://hako-kenko.com/info/food/restaurant/>



「はこスマセット」&「ベジプラ！ 楽うまレシピ」

はこだて健幸応援店の一部店舗では、健康に配慮したポイントがあるメニューを「はこスマセット」、野菜をメインに使った簡単な調理で作ることができる料理のレシピを「ベジプラ！ 楽うまレシピ」とし、提供しています。



詳しくはホームページをご確認ください。

<https://hako-kenko.com/info/food/>



問合せ先（共通）

函館市保健福祉部健康増進課

0138-32-1515

○ はこだて健幸LINE公式アカウント

- 函館市の健康づくりに関する情報を発信する公式アカウントです。
情報発信のほか、健康づくりに関する事業などへの参加でスタンプを貯めるスタンプラリーも実施しています。

※ スタンプを貯めると、「はこだて健幸応援店」で利用できるクーポンがGETできます。

詳しくはホームページをご確認ください。

<https://hako-kenko.com/line/>



友だち追加はこちらのQRコードから！ →



○ きれいな空気の施設

- 函館市では受動喫煙防止対策をすすめるため、「きれいな空気の施設登録事業」を実施しています。

屋内完全禁煙にしている施設を「きれいな施設」として、ステッカーの配付や施設名のホームページへの掲載を行っています。

詳しくはホームページをご確認ください。

<https://hako-kenko.com/for-companies/smoking/>



問合せ先（共通）

函館市保健福祉部健康増進課

0138-32-1515

各種助成制度

健康経営の推進に活用できる助成制度等について紹介します。

助成の対象や支給要件、助成の内容、申請方法、問い合わせ先など、詳しくは以下の各ホームページをご確認ください。

- 北海道労働局

各種助成金制度

https://jsite.mhlw.go.jp/hokkaido-roudoukyoku/hourai_seido_tetsuzuki/joseikin.html



- 厚生労働省

事業主のための雇用関係助成金

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/kyufukin/index.html



- 独立行政法人労働者健康安全機構（JOHAS）

産業保健関係助成金

<https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/tabid/1251/Default.aspx>

