



北広島町
Kitahiroshima-cho

北広島町 (所在地：広島県山県郡北広島町)



■ 町概要

- 職員数：411名
- 業種：地方公共団体

イメージキャラクター
花田舞太郎 (はなだもうたろう)



URL： <https://www.town.kitahiroshima.lg.jp/>

各種セミナーの様子



InBody測定会

同時開催 Inbody 測定会を実施します ～見てみましょう！自分のカラダ～

- 測定時間 13:00～14:00/研修終了後～17:00 きたひろホール内で実施
- ・測定は裸足で行います。また、データ計測のため、担当者が身長をお読みします。
 - ・測定にあたっては、プライバシーに配慮して行います。
 - ・身体に微弱な電流を流して計測するため、ペースメーカーをお使いの方は、測定できません。

Inbodyとは・・・体重、体脂肪、筋肉量、水分量など、身体の状態を詳しく分析して見える化できる体組成計。

1. 身長を伝えて、裸足になる。
2. ウェットティッシュで手足を拭く。
3. Inbodyに乗る。
4. 結果をプリントアウト



■ 健康経営に取り組むきっかけ

- ・保険会社の協力を経て、健康経営に令和4年から取り組み始めた。町長が健康経営に対して前向きであったことが後押しとなり、「まず、やってみよう！」という気持ちで取り組み始めた。

■ 健康経営の取り組み

- ・職員のヘルスリテラシー向上のため、様々な種類のセミナーやイベント等を開催している。具体的には、保険会社等の協力によるセミナー（がん、女性の健康等）の開催や、町で保有するInBodyを使った測定会（専門講師を招き、体重、体脂肪、筋肉量、水分量など身体の状態を測定するイベント）等も開催している。これらのイベントは、総務課に加えて、スポーツ推進部署であるまちづくり推進課(スポーツ推進係)、住民の健康増進を担う町民保健課と連携して企画し、職員へ周知を行って参加者を募っている。
- ・また、運動促進に係る取組として、毎朝、ラジオ体操を朝礼前に実施している。

■ 健康経営の効果

- ・InBody測定会等のイベントについて、多くの職員が参加しており、参加者アンケートに「次回も参加したい」等の前向きな回答が多い。
- ・自治体として健康経営優良法人の認定を取得したことにより、保険会社をはじめとした、様々な企業から興味を持ってもらうことができ、研修等をしていただくことに繋がっている。