

青森労災病院 勤労者予防医療部の取り組み

～平成19年度の予防医療活動を振り返る～

青森労災病院では、勤労者の過労死予防対策等として勤労者医療への取り組みを行っています。そして、その業務を担っているのが勤労者予防医療部です。平成16年度に本格的に活動を開始して今年度で5年目に入りました。開設以来、勤労者や職場の健康管理担当者の方を対象に、生活習慣病・メタボリックシンドロームなどに関する健康知識を、個別・集団で行う各種指導（保健指導・生活指導・栄養指導・運動指導）を通じて伝達してきました。また、メンタルヘルス無料相談（※詳しくは次ページ参照）、健康不安の相談窓口として保健師による無料健康電話相談（※詳しくは次ページ参照）を実施し、勤労者の方の相談をお受けしています。その他にも企業側のニーズに応じて会社などへ出向き、講習会を行う「出張講習会」（※詳しくは次ページ参照）も実施しています。これは医師・保健師・管理栄養士・理学療法士が講師となって行うもので、内容は主に生活習慣病対策の話を中心に行っています。



〔医師による保健指導講習会の様子〕



〔理学療法士による運動指導講習会の様子〕

—19年度の実績は以下の通りです—

- | | |
|--------------------------|------|
| (1) 個別指導 | 768名 |
| 〔保健指導：286名 生活指導：144名〕 | |
| 〔栄養指導：267名 運動指導：71名〕 | |
| (2) 各種講習会・研修会 | 751名 |
| (3) 勤労者メンタルヘルス無料相談 | 213名 |

昨年度は、出張講習会をはじめ、青森産業保健推進センター主催の研修会においても当部スタッフが講師を務めるなど、講習会・研修会の開催に力を入れ、健康維持・増進のための啓蒙活動を行ってきました。おかげさまで多くの方にご参加いただき、好評を得ることができました。

今年度も引き続き当部では、講習会・各種個別指導や相談業務を通し、これからの健康のキーワードとなる「予防医療」の充実を図ってまいります。よろしくお願いいたします。

～ 各種お問い合わせ ～

青森労災病院
TEL：0178-33-1551
勤労者予防医療部（内線2293）

受付：午前8時15分～午後5時
（土・日・祝日を除く）
<http://www.aomorih.rofuku.go.jp>

各種リーフレットもあります。ご連絡いただければ郵送いたします。お気軽にお問い合わせ下さい。

無料

勤労者 健康電話相談

お気軽に
お電話下さい♪



生活習慣病等に関する疑問やご相談に保健師が対応いたします。

- 生活習慣に不安がある ●肥満気味だ ●糖尿病の予防とは？
- 血圧が高くて心配 ●高脂血症って何？ 何に注意すればいい？ などなど

○相談日時○

月曜・火曜・木曜（祝日除く）
午後0時～午後2時

○健康相談電話番号○

0178-33-8668

※通常の通話料はかかります。ご了承下さい。

勤労者メンタルヘルス 無料相談室



- ◇お仕事上のストレスやそれに伴う心身の不調などのご相談をお受け致します◇
- ◇専任のカウンセラーと話し合いながら問題を整理し、対処法を一緒に考えます◇

○対象者○

- ・勤労者 ・その勤労者についてご家族の方
- ・会社の同僚 ・上司 ・労務担当者 等
- ※既に精神科・神経科・心療内科等で
治療中の方は対象となりません。

○相談日時○

月曜・火曜・水曜・金曜（祝日を除く）
午前10時～午後5時（1回最長50分）

※予約制です。

事前に予防医療部にお問い合わせ下さい。

出張講習会

健康維持・増進、疾病予防のための
情報収集としてご活用下さい！



日時・料金・場所・
内容等、ご相談に
応じます。お気軽
にご連絡下さい。



〔医師による運動負荷検査の様子〕

- ◆保健指導講習会〔医師・保健師〕
- ◆栄養指導講習会〔管理栄養士〕
- ◆運動指導講習会〔理学療法士〕
- ◆メンタルヘルス講習会〔産業カウンセラー〕