

8月の勉強会の内容は…

①9月重点目標「**過重労働対策～皆で助け合い業務過多・過重労働を防ぐ～**」について

☞ 社員同士で協力し、健康障害を未然に防止できるよう取り組んでまいります



②健康課題把握

☞ 健康習慣アンケート結果より健康課題を再確認しました。取り組みの成果が出ているものは継続し、まだ目標数値に達していない項目は引き続き取り組みを強化していきます



③食生活改善復旧

☞ 主食・主菜・副菜を組み合わせることでバランスの良い食事を心掛けていきます



④山形県主催のウォーキングイベントの案内

⑤禁煙チャレンジ～成功者体験談発表～

なんと、禁煙チャレンジに成功者が出ました！
長年の喫煙習慣をやめられたのはすごいことです🎉
体験談を聞くことが出来て良かったです

