

健康づくりサポーター活動報告書

団体名	Mican 合同会社
講習会名 (テーマ)	健康情報の発信・健康啓発
と き	2022. 3～6 月
会 場	Off coffee standにて
参加者数	3月 500名 4月 550名 5月 530名 6月 800名
内容報告	<p>(1)内容の説明 コーヒースタンド Off coffee stand の掲示板にて、健康情報掲示板に健康情報啓発のポスターを掲示。毎日、カフェに来るお客さん老若男女問わず健康情報の啓発をおこなっている。 各月異なるポスターを掲示し健康啓発をおこなっており、詳細は以下の通り。 3月：喫煙の啓発 タイトル：禁煙で自由な毎日を！ 4月：塩分についての啓発 タイトル：ラーメンのスープは大体7杯まで 5月：薬物乱用頭痛についての啓発 タイトル：頭痛の原因は頭痛薬のせいかも!? 6月：同上</p> <p>(2)講習と感想 お客さんで来る層は働き世代が最も多く、働き世代に向けて、コーヒーの提供待ち時間にポスターを見ていただくことで、健康情報を啓発できている。会社の仲間数人で来店されることも多く、その際には、ポスターの内容に対して、意見や議論する場面が予想よりとても多く見られた。ポスターの内容に賛成反対いろいろな意見はあるが、きちんと健康情報が届いていることが伺えている。 通知等での啓発だと、本人に情報が届いたかどうかまで確認できないが、こういった直接人の反応を見られる場所での健康情報の啓発はとても有用だと改めて感じた。</p> <p>(3)受講者の質問等 お客さんの主な反応の一例 ・ 3月：喫煙の啓発 喫煙時間を無駄かどうかは主観であり、一概には言えないのではといった意見があった。タバコを吸いすぎている同僚や上司に対して、話題になっていることもあった。</p> <p>・ 4月：塩分についての啓発</p>

健康づくりサポーター活動報告書

ラーメンの汁を飲み干す派、飲み干さない派の話が多く出ていた。職場の人のコミュニケーションの向上にもつながっていたと感じた。

- ・ 5月：薬物乱用頭痛についての啓発
- ・ 6月：同上

特に女性は生理で痛み止めを服用することも多い。薬物によって逆に頭痛がもよおされる可能性があることについては、“知らなかった” “あ、これ私のことだ” “あまり飲みすぎないようにしないと” といった声が聞かれた。

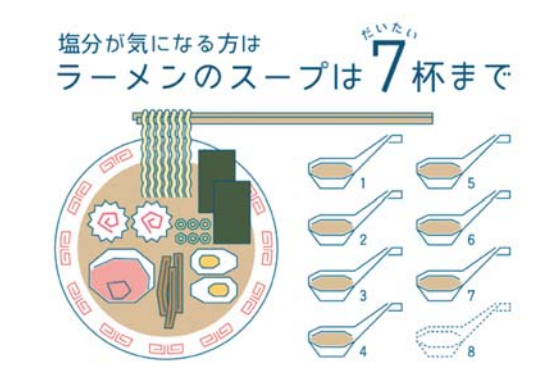
(4) 良かった事、反省点

上記

3月：喫煙の啓発



4月：塩分についての啓発

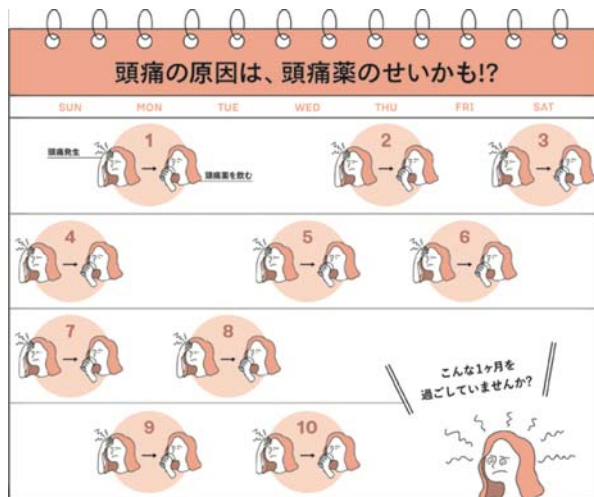


5月：薬物乱用頭痛についての啓発

6月：同上

活動風景
(写真を添付)

健康づくりサポーター活動報告書



※各イラストの下には説明文が記載されている。

問い合わせ先
(連絡先)

Mican 合同会社
info@mican12.com
03-3525-4572