



働き盛り応援講座

～測定会プランを活用して職場で健康づくり～

職場での健康づくりを応援する目的で、下関市では様々なテーマのメニューを実施しています。今回は、令和8年度から新たに始まった「測定会プラン(測定会と講話がセット)」を【彦島製錬株式会社 様】に活用していただいたので、その一部をご紹介します。

測定会

『噛む力チェック』『塩分チェック』
『Inbody 測定(体成分分析装置)』の3つを行いました。



噛む力チェックでは、
ガムを使って、噛む力
が見える化！
若くても、噛む力が
衰えているかも…？



Inbody 測定では、
機器を使って、部位別の
「筋肉量」「体脂肪量」等を測定！
普段の運動習慣が数値を
向上するカギです。



塩分チェックでは、
舌にろ紙をのせて、塩味を
どれくらい感じるかチェック！
塩分チェックシートで、食生活を
振り返りました。



Inbodyの点数 最優秀賞

講話

「3つの習慣で血管をまもろう」をテーマに、
保健師から講話を行いました。



循環器病(心疾患や脳血管疾患)は、本市の死亡原因の第2位であり、
その主な原因に「動脈硬化」があります。

動脈硬化は普段の生活習慣が大きく関係します。

講話では、自身の血管をまもるために、「運動・食生活・歯・口腔」の3つの
視点から、普段の生活のなかに取り入れやすい健康づくりについて
講話を行いました。

～参加企業の担当者様の声～



探索精神と
多様な技術の融合で、
地球を笑顔にする。

わたしたち彦島製錬は
マテリアルの知恵と技術で
持続可能な社会に貢献します

「三井金属グループパス」
「探索精神」と「多様な技術の融合」という2つの強みを表している両手で
三井金属グループが貢献する快適で持続可能な地球を包み込んでいます
描かれた地球は「笑顔」になっているようなイメージです



彦島製錬株式会社

従業員の健康意識の向上と健康状態を把握する良い機会
になると考え、測定会プランを利用させていただきました。
今回の測定を通じ、従業員一人ひとりが自身の健康状態を
振り返る良いきっかけになったと感じています。今後も健
康づくりに関する取り組みを継続し、従業員が健康で安心
し働く事のできる職場環境づくりに努めてまいります。