

栃木市エクサビズ協力事業所登録の募集について

1. 目的

本市では、働く世代の運動不足が健康課題となっている。従業員等から体を動かすことを推進し、健康づくりに取り組む事業所を「栃木市エクサビズ協力事業所」として市が登録し、その取り組みを支援することにより働く世代の健康づくりの推進を図ることを目的とする。

【エクサビズとは？】

健康や体力の維持・増進を目的とした運動全般を意味する「エクササイズ」と仕事・業務を意味する「ビジネス」を掛け合わせた造語です。

エクサビズ事業は、主に職場などを中心とした日常生活の中に体を動かす工夫を取り入れ、健康づくりを推進するものです。

【取り組み例】

- ・ スニーカー通勤の奨励
- ・ 事業所内で始業時や昼休み等にラジオ体操やストレッチを行う
- ・ 事業所内で積極的な階段利用を呼びかける等

2. 登録要件

栃木市エクサビズ協力事業所に登録できるのは、従業員等の健康づくりに意欲を有し、かつ栃木市内に所在する事業所であること。

3. 登録の申込及び登録

- (1) 市は、従業員等から体を動かすことを推進し、健康づくりに取り組む事業所を募集する。
- (2) 市は申込みのあった事業所について、栃木市エクサビズ協力事業所として登録し、登録証を交付するものとする。

4. 登録事業所への支援

市は、登録事業所が行う従業員や市民等へのからだを動かすことを推進する取り組みに対し、次に掲げる支援を行うものとする。

- (1) 健康づくりの推進に関連する情報提供
- (2) 従業員等の健康づくり推進のための支援
- (3) 希望事業者に対し、効果測定（体力測定等）の実施

5. 取り組み内容の報告

登録事業所は、市が別に定める日までに「取り組み内容報告書」により、年度内の取り組み状況と次年度における取り組み計画を市に報告するものとする。

【問合せ】

保健福祉部 健康増進課

担当：津布楽、峯村 TEL：0282-25-3512

イメージ図

