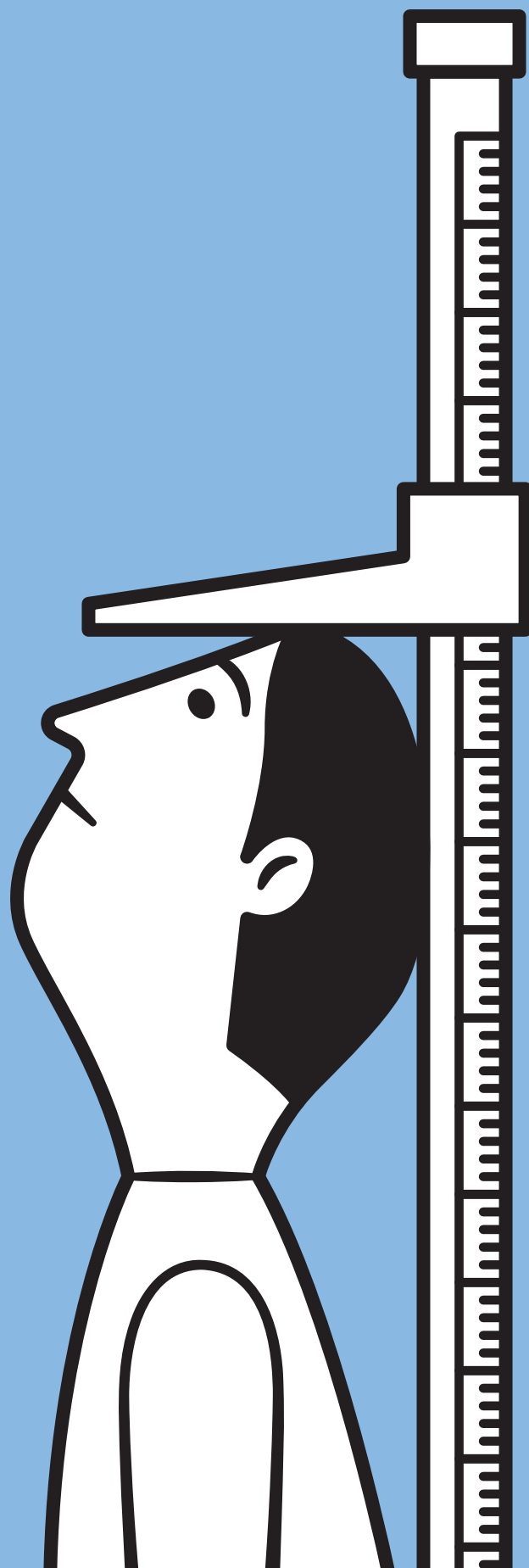


働くあなたの身体と心の元気応援マガジン

いきいき REK

vol.024
Winter

選んで“受けよう！”
健康診断



博多エリアに 新たな拠点を開設

「労衛研 健診スクエア博多」が、九州の玄関口で中心都市の一つである博多に2026年1月にプレオープン、4月にグランドオープンします。「より便利に・より多様に・より快適に」をコンセプトに「また来たいを刺激する健診施設を目指しております」。

今回、プレオープンに先立ち、その魅力や特徴についてご紹介します。



博多駅筑紫口から
徒歩7分

便利な立地・開設体制

博多駅筑紫口から徒歩7分の場所に立地し、バス、地下鉄、JRからのアクセスを実現、新幹線はもちろん、福岡空港も近く、遠方の方にも利用していただけます。また、開設開始から終了まで休憩を設けず通して営業するスルー開設体制を整備し、受診時間の選択肢を広げます。これらの立地・体制により、出張なども含めたさまざまなビジネスシーンの合間での受診はもちろん、健診に合わせてショッピングや映画観賞を楽しんでいただくことができます。

心安らく快適な 受診環境

館内はオーガニックモダンをコンセプトにデザイン・設計されており、受診者様の五感に訴える心地よい空間で受診していただけます。また、ビルの3Fから5Fまでが吹き抜けた開放的なアトリウム空間を設けており、健診終了後に

高品質な検査と 受診者サービス

AI機能が搭載された内視鏡検査装置、胸部X線検査装置、乳腺エコー検査装置や、九州の健診専門機関としては初となる「トモシンセシス(3Dマンモグラフィ)」を導入し、最新の技術による質の高い検査を提供します。また、マルチ検査ルームを設け、問診、血圧、採血など、複数の検査をワンストップで実施、受診者様の移動を最小限にした効率的な健診を実現します。その他にも、診察室には最新の防音設備を設置、検査待合席はプライバシーに配慮したデザインを施すなど、より安心に受診いただける環境づくりにも努めております。

充実のドックコースや オプションメニュー

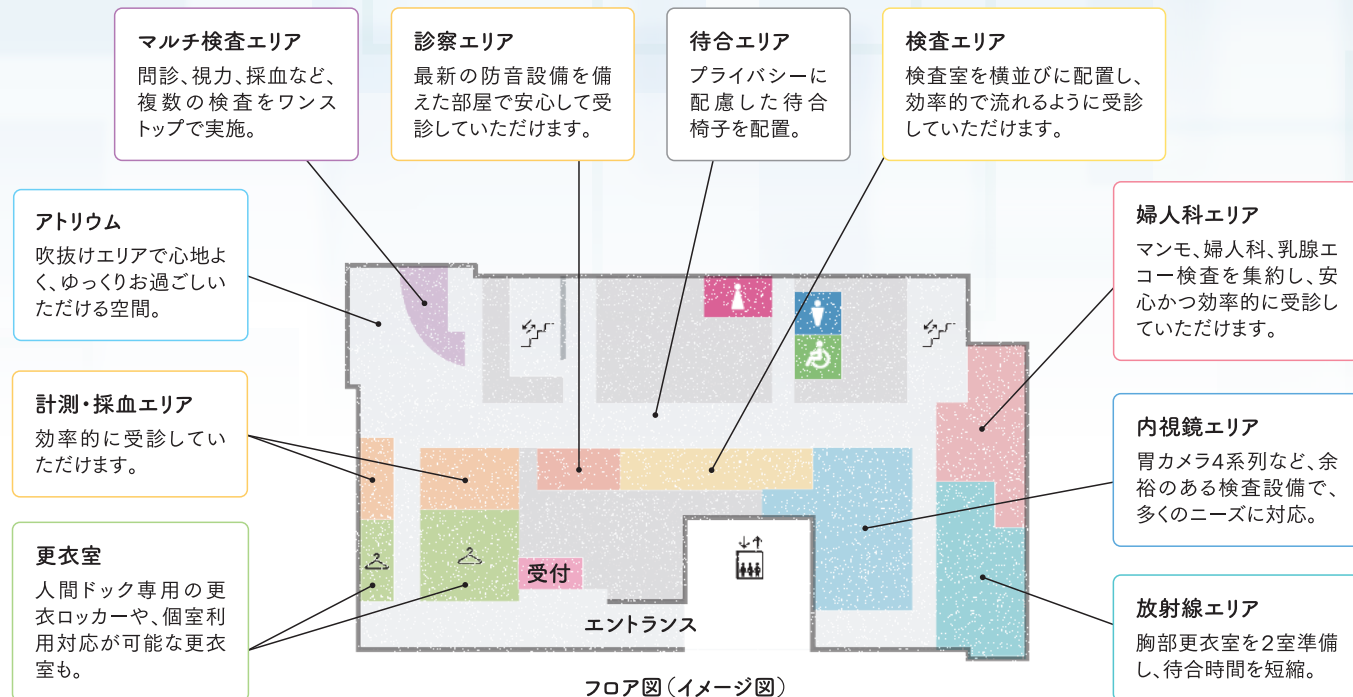
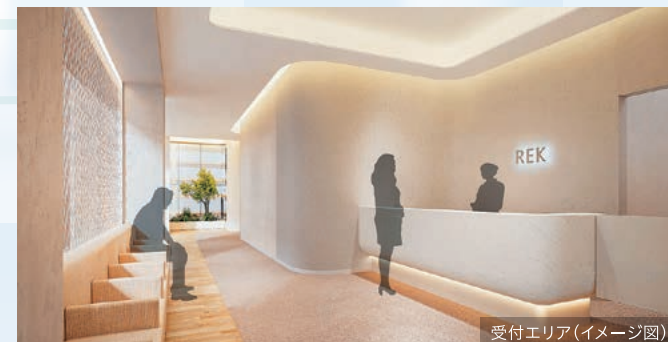
ドックコースやオプションメニューが充実しており、受診者様のご要望にあわせてお選びいただけます。特に近隣の医療機関との提携を充実させることで、各種MRI検査やCT検査、鎮静剤下(セデーション)での内視鏡検査、大腸内視鏡検査、予防歯科検査などにも対応できる体制を整備します。

また、博多という立地を生かし、提携先が充実したドックお食事券を準備いたします。1年間健康管理を頑張ったご自身へのご褒美としてご利用ください。

安心と充実の女性健診

女性専用エリアとして、人目の気にならない独立した空間を設けております。こちらのエリアでは、マンモグラフィ、婦人科検査、各種エコー検査を集約しており、安心、かつ効率的に受診していただけます。また、女性専用日を設けるなど、女性の方々が受診しやすい環境を整備します。

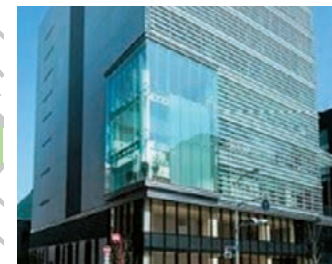
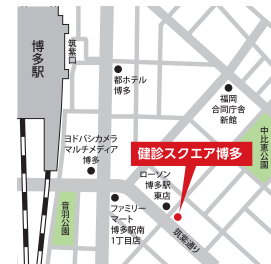
オーガニックモダンなインテリア
心が穏やかになる空間



福岡市に`選べる、3つの健診センター

受診者様の多様なニーズに対応できるトライアングルを形成

博多



博多駅筑紫口から徒歩7分！九州の玄関口博多駅から徒歩圏の便利な立地です。

労衛研 健診スクエア博多

〒812-0013 福岡市博多区博多駅東2-7-27
TERASO-II 3F お問い合わせ:092-526-1087(予約)

2026年4月
グランド
オープン

天神



天神の中心地にあり、交通アクセスが良く、ご来所いただきやすい立地です。『午後ドック』『午後カメラ』『サンデー健診』など、多彩なメニューをご用意しております。

労衛研 天神健診センター

〒810-0001 福岡市中央区天神2-8-36 天神NKビル 2F
TEL:092-526-1087(予約)

那の川



「森」をテーマにしたリラックスできる空間です。2024年にリニューアルし、待合室を増設するなど、より快適な環境に。内視鏡室も増設し、検査設備も充実しました。

労衛研 那の川健診センター

〒815-0081 福岡市南区那の川1-11-27
TEL:092-526-1087(予約)

「来年もここで受けたい」と思っていただけの健診施設を目指します

「労衛研 健診スクエア博多」開設により、労衛研の福岡市内の健診センターは、3カ所になりました。宇部市、延岡市とあわせ、5カ所の健診拠点で、これからも皆さまの健康づくりをサポートします。

皆さまのお近くで

私たち労衛研は、1961年の創設以来、福岡市、そして宮崎県延岡市、山口県宇部市を拠点とし、「私たちは労働衛生機関として、人々のところと」からの健康を守ります」という基本理念のもと、皆さまの健康づくりのお手伝いをしてまいりました。

健康診断は、「忙しい仕事や家事の合間に時間をつくって行かなければならない面倒なもの」と感じている方もいるかもしれません。だからこそ、私たちは、できるだけ皆さまのご負担を減らし、快適で質の高い医療サービスを提供したいと考えています。

このたび「労衛研 健診スクエア博

九州・山口の皆さまのお近くへ！

宇部市



労衛研 宇部センター

〒755-0065 山口県宇部市浜町2-7-29
TEL:0836-43-7988

延岡市



労衛研 延岡健診センター

〒882-0872 宮崎県延岡市愛宕町2-1-5 センコービル5階
TEL:0982-29-4302(予約) FAX:0982-29-4301



“不整脈”を知ろう

労衛研健診センター 医師 一木 裕子

誰でも起こりうる 心臓のリズム異常

不整脈とは脈拍の異常ではなく、心臓のリズム（調律）の異常のことをいいます。通常心臓は1分間約60〜80回の規則的なリズムで拍動を繰り返しています。このリズムは右心房にある洞結節^{とうけつせつ}という場所で作られ、そこから刺激伝導系という経路をたどって、①洞結節→②心房→③房室結節→④心室と伝達され心臓の拍動を生じ、血液が全身に送り出されます。

（図1）

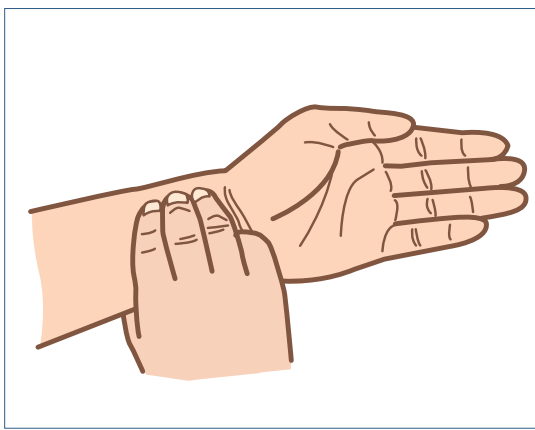
健康成人で不整脈が全くない人はいないといってもよいほど、不整脈は一般的なものです。自分では全く気付かず、健康診断などで指摘されてはじめて知る人も少な

くありません。不整脈の中には治療しなくてよいものもたくさんありますが、不整脈によっては心不全や失神発作を起こしたり、脳梗塞を併発したり、突然死を招くものもあり、早期に専門医での適切な処置が必要な場合があることを知っておいてください。健康診断で不整脈を指摘され二次検査や要受診などの結果が送られてきたときや、激しい動悸や失神などの自覚症状があるときは、早期に専門医（循環器科）を受診し適切な対応をとらなければなりません。それがどんな不整脈なのか、そのまま放置してよいものなのか、危険な不整脈に発展することはないか、治療を要する不整脈なのか、などをよく聞いて適切な指導を受けることが大切です。

自分でできる “検脈”のすすめ

不整脈の検出には、基本的な「検脈」も重要です。検脈は日常でも手軽に行える重要な技術です。手首や首に指をあてて脈を感じ取ります。検脈を行う際は、人差し指と中指、薬指を使い、手の親指の付け根の骨の内側で、脈拍を感じやすい位置に軽く押し当てるのが基本です。親指は親指自身の脈を感じてしまうことがあるため使用しないようにしましょう。

最近ではスマートウォッチに搭

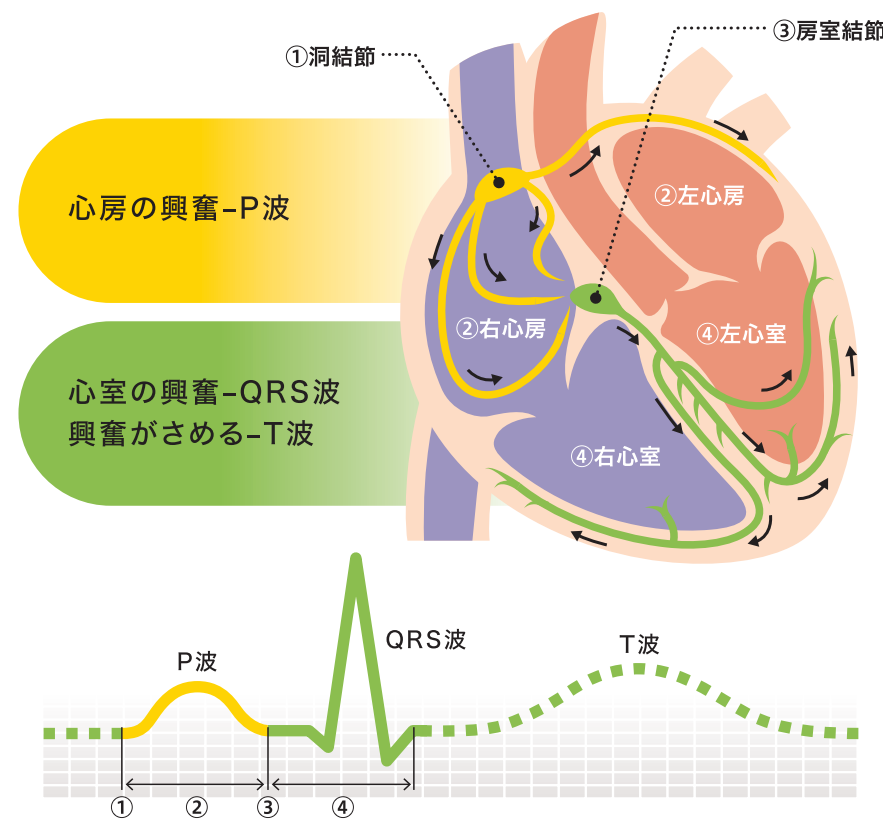


必要なときは 循環器科へ

載された心電図機能が不整脈の早期発見に大きな役割を果たすこともあります。中でもApple Watchは、医療機器として承認された心電図アプリケーション機能を備えており、日常生活の中で手軽に心臓のリズムをチェックすることができま。ただし、この機能は家庭用の補助的なツールであり、異常が見られた際や、自覚症状がある場合には、専門医での適切かつ具体的な検査が必要となります。

不整脈は日常的によく見られるものですが、中には治療をしなければ、突然の意識消失や重大な後遺症を招くもの、最悪の場合、死に至る可能性のあるものも潜んでいます。健康診断の結果をよく確認し、要二次検査や要受診判定の場合は必ず循環器科を受診するようにしましょう。また、日々の暮らしの中でも検脈を行い自分の

（図1）心臓の電気刺激伝導と心電図波形



脈が規則正しく打っているかを確認するように心がけてください。

Check! 心電図検査での 不整脈所見の代表例

健康診断において、不整脈を調べる検査は心電図検査が代表的です。心電図検査では心臓の電気的な動きを波形として記録し、リズムの異常（不整脈）を確認することができます。

ここでは健康診断における代表的な不整脈所見を簡単に紹介いたします。健康診断の心電図検査で要受診となった場合は、必ず医療機関を受診してください。

○ 正常状態



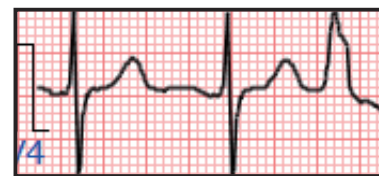
一定の波形パターンが繰り返しあらわれている状態です。

● 上室性期外収縮



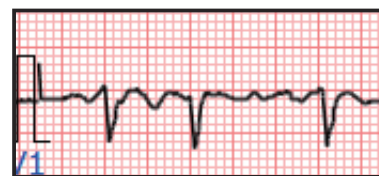
心房から通常と違う刺激が出るため、いつもより早いタイミングで拍動します。多くは無症状で、経過観察となることが多い不整脈です。

● 心室性期外収縮



心房からの刺激でなく心室から拍動します。単発では問題がないことも多いですが、多発する時は注意が必要です。

● 心房細動



心房が細かく震えている状態です。血栓ができやすく脳梗塞の危険性があるため、治療を検討します。



山口県宇部市

やく ぜん さい さい
薬膳カフェ 菜菜

材料づくりからこだわった 本格的な薬膳料理を

本場の中国で薬膳について学んだ店主が、体に良いものを多くの人に知ってもらいたいと始めたお店。塩味、酸味、苦味、甘味、辛味などを、一膳で全て味わえるように計算して調理をしているメニューは、砂糖不使用。使用する野菜は家庭菜園で育てたもので、野草を使った商品は栽培から加工まで全て店主が行っております。月に1回程度、薬膳に関する教室を開いているので、食事と健康について深く学べます。

所) 山口県宇部市黒石北2-9-29
電) 0836-44-2369



福岡市

食堂こぱん

心がこもったランチは、 栄養とおいしい発見がいっぱい

高砂の路地裏にひっそりとたたずむ「食堂こぱん」。イタリアンレストラン「オステリアリンダ」に、ランチ時だけ“間借り”で営業しています。メニューは1種類で、その日のメニューはSNSで更新。店主が心を込めて作るメニューは、どれも野菜たっぷり、栄養満点。美味しいのはもちろん、スパイスや食材の使い方や調理法など、小さな気づきを感じさせてくれるお店です。手作りパウンドケーキ(不定期)もおすすです。

所) 福岡市中央区高砂2-14-4
※店主人で切り盛りされているので、混みあう時間帯は料理提供までに時間をいただく場合があります。



おいしく食べて、楽しく健康な体づくりを。
時には、おいしいランチを求めて、遠出するのも
いいかもしれませんね。短い旅も心のごちそうです。

※営業時間・定休日などは事前にご確認ください。



宮崎県延岡市

アガタジユク
納屋カフェ 縣塾

自家栽培野菜にこだわった心と体にうれしいカフェ

築100年の納屋を改装したレトロな雰囲気のお店です。畑で自家栽培したお野菜をできるだけ使用した手作りのお料理やケーキを楽しめます。中でも、手ごねのハンバーグを煮込んだ、煮込みハンバーグランチやピ

スタオをふんだんに使用したピスタチオケーキ、高級酒粕を使用した酒粕のチーズケーキが大人気です。木のぬくもりに癒される優しい空間で、心安らぐひとときをお過ごしください。

所) 延岡市三須町1143番地
電) 0982-31-0180

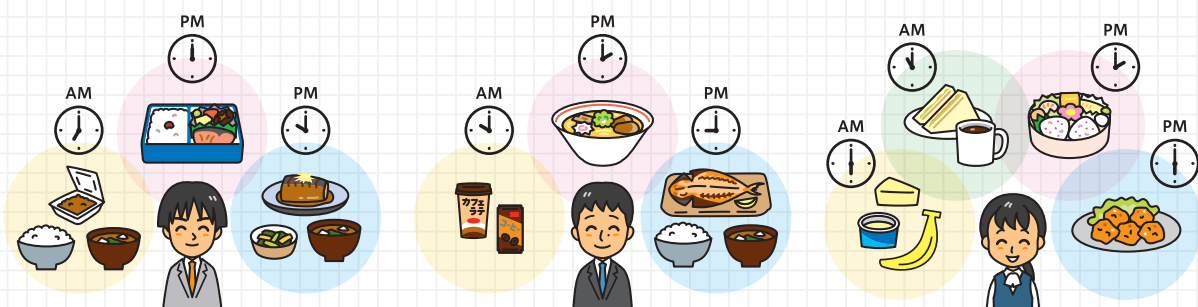


「朝ごはんは食べましたか？」と聞かれたことはありますか。シブシブな質問ですが、そのあとに続く会話の展開は幅広く想像されます。食生活は人によって本当にさまざまです。ごはんの話をするとその人の生活を垣間見ることが出来ます。

産業医面談ではいろいろなことをお尋ねしますが、どのような目的の面談であっても日頃の食習慣について聴くとその人を理解する助けになります。

さて、昨日の食事を振り返ってみて、食事の回数、時間、バランスはいかがでしたか。働く時間や場所により、どのような時にどのようなものをどのように食べられるかという環境はさまざまだと思います。普段の働き方や職場環境など仕事に関連する何らかの要因が食生活に（プラスにもマイナスにも）影響を及ぼしているということはないでしょうか。

食事と仕事の関係について少し考えてみませんか。今後も続けた食習慣、これから改善していきたい



たい食習慣、改めて見つめてみると何か新しい発見があるかもしれません。

おいしく腸活！ぷちぷち食感のもち麦炊き込みご飯

寒い時期は免疫力を保つために腸内環境を整えることが大切です。食物繊維は腸内環境を良好に保つ働きがあります。今回は手軽に食物繊維をアップできるレシピをご紹介します！

1人当たり
エネルギー：320kcal／食塩相当量：1.9g／食物繊維：5.5g

材料（4人分）

白米……………1合	酒……………大さじ2
もち麦……………100g	醤油……………大さじ2
鮭（切り身）……………2切れ	みりん……………大さじ2
舞茸……………1パック	顆粒だし……………小さじ2（お好みで）
市販水煮ごぼう（ささがき）……………100g	刻みネギ……………適宜

作り方

- ①白米を洗い水に30分浸す。
- ②調味料を加え、1合の線まで水を加える。
- ③もち麦100g、水200mlを加える。（浸水不要）
※追加する水の量はもち麦の重さの2倍
- ④ほぐした舞茸とささがきごぼうをのせ、その上に鮭をのせ炊飯する。
- ⑤炊飯が終了したら鮭の皮と骨を取り除き、ご飯全体とよく混ぜ合わせる。

ポイント

1日あたりの食物繊維の目標量
男性：22g以上／女性：18g以上（30～64歳）

【日本人の食事摂取基準（2025年版）より】

普段のご飯にもち麦をプラスするだけで、食物繊維の摂取量を自然と増やすことができます。

こころの広場

職場の人間関係や家庭との両立など、働く人々には、大なり小なり悩みがあるもの。労衛研の公認心理師が、そんなココロをめぐるさまざまな悩みや疑問にお答えします。

公認心理師 村上 碧海

食事とメンタルヘルス

「日本食パターンの食事をしていない人は、うつ症状が少ない」。2025年6月、国立健康危機管理研究機構（J-IHS）などの研究グループが発表しました。日本の勤労者1万人以上を調査した結果、日本食を摂っている傾向が強いほど抑うつ症状の有病率比が低くなること。

なぜ、特定の食事パターンがメンタルヘルスに影響するのでしょうか？

Q 食事の内容でメンタルヘルスが左右されるって本当？

「落ち込んでいるときは、肉を食べ」。こんな言葉を聞いたことは、ありますか？肉汁あふれるお肉に思いを馳せるだけで、何となく気分が上がる人もいるかもしれません。

実際に、肉、厳密に言えば肉などのたんぱく質に豊富に含まれる必須アミノ酸がメンタルヘルスに影響します。それが、トリプトファン。トリプトファンは、幸せホルモンと呼ばれるセロトニンの生成材料です。セロトニンは、感情の安定や睡眠の促

しを担うホルモン。トリプトファンがセロトニンの生成に寄与し、結果的にメンタルヘルスの維持増進につながります。そして、大豆などの植物性たんぱく質にもトリプトファンは含まれます。

なお、肉などの動物性たんぱく質に含まれる別のアミノ酸がトリプトファンの脳への取り込みを妨げてしまうのですが、炭水化物やビタミンB6と一緒に摂ると取り込みが促進されます。つまり、肉と白米の組み合わせはとても合理的です。

このように、食物に含まれる栄養素が、感情、睡眠、意欲、記憶、思考などのあらゆる脳の働きに寄与するホルモン生成に役立っています。葉酸、DHA、ビタミンBやD、亜鉛、鉄分などさまざまな栄養素が、ホルモン生成などを通じてメンタルヘルスに好影響を与えるとされています。冒頭の研究では、日本食の摂取によって、「海藻、野菜、大豆食品で葉酸」「魚でDHA」「キノコ類でビタミンD」など、幅広い栄養素を取り込めることが、結果的にメンタルヘルスへの好影響につながるとを示したと言えます。

Q でも、日本食のような栄養バランスがある食事をするって大変…

令和5年「国民健康・栄養調査」より、栄養バランスのとれた食事を毎日1日2回以上、毎日摂っている者の割合は、20代・30代・40代では4割以下。日々のなかで、栄養や食事内容のバランスを意識することはとても大変です。

栄養バランスは、1週間単位という考え方があります。例えば、飲み会で好きなものを好きなだけ食べた翌日は、少し野菜を多めに摂ってみたり。今週はたんぱく質が足りていないな、と思えば、週末は肉料理を仕込んでみたり。1週間単位で辻褄合わせをしながら、時には栄養バランスを意識し、時には癒しやくつろぎとして好きなように食べる…。その点では、食事という手段は、癒しにも発散にもなり、そしてメンタルヘルスに寄与するメカニズムもあるという案外幅広いセルフケア法です。

食事をセルフケアとして位置づけると、皆さまにできそうな取り組みは何でしょうか。まずは、そこから考えていただくのも良いかもしれません。

耳寄り情報 日本食より以前にメンタルヘルスに良い食事とされてきたのは、「地中海式」。野菜や果物、全粒粉、ナッツ、豆類、ベリー類、オリーブオイルなどの食事内容が心身の健康に寄与します。洋食派は、地中海式食事に目を向けてみてください。

胸部・胃部 X線検査精度管理調査でA評価取得!

胸部X線画像は、全国上位9施設に選出されました

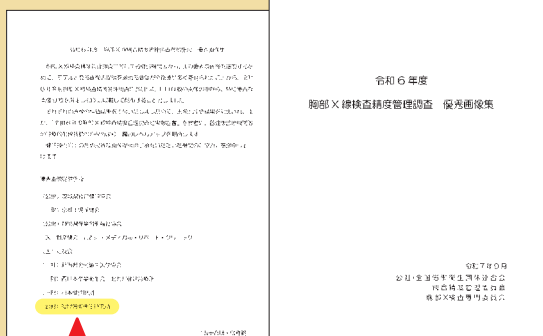
■精度管理調査評価結果通知書



【胃X線調査分野】

【胸部X線調査分野】

■令和6年度 胸部X線検査精度官吏調査 優秀画像集(一部)



労衛研が
選ばれました

労衛研は、公益社団法人 全国労働衛生団体連合会が実施している精度管理調査に毎年参加しておりますが、この度、胸部X線検査と胃部X線検査がともにA評価を取得いたしました。

公益社団法人 全国労働衛生団体連合会は、「健康診断が高品質に実施できているか」を健診実施機関の有する設備・機器、人的体制、データ管理、健診後のフォローアップ体制など、さまざまな項目について定期的に調査を行っており、今回のX線画像精度管理調査もその一つとなります。

特に、今回の胸部X線画像は、参加370施設の中でも高い評価をいただき、全国上位9施設として健診実施機関の手本となる推奨画像集に収載されることとなり、令和3年度に続いて今回で2回目の選出となります。これは、労衛研の撮影技術や画質、被ばく低減などの精度管理体制が非常に高い水準であるということが客観的に評価されたものです。

労衛研は今後も、より一層の精度向上を目指し、受診者様に安心してご利用いただける検査を提供してまいります。

労衛研職員の健康トーク

皆さまの健康づくりをお手伝いする労衛研。ここで働く職員自身の日々の健康への本音をご紹介します。



業務中たっぷり歩いて 食事は1日1,500kcal内!

医療職として、健康診断業務に携わっています。業務中は「若い世代よりスタミナがあるなあ」と感じる人が多いそうです。

普段、健康に気をつけていることは?

平日の食事は、朝・昼は400kcal前後、夜はなるべく野菜中心にして、1日トータルで平均1,500kcal内が目標。ただし、休日や週末は、このルールを外し、食べたいものを食べただけ食べます!

1日の歩数は平均8,000~1万歩です。状況によっては、1万2,000歩になるのが健康の秘訣でしょうか。通勤時は、エレベーターではなく階段を使うよう心がけています。

やってみたい「健康に良い事」は?

体をほぐすような運動がしてみたいです。

「不健康だな」と思ってもやめられないことは?

休日は家のことで忙しく、家から一歩も出ないことも…。

普段の生活でストレスになる人や物は?

母の認知症が進んできたので、時々ストレスを感じることもありますね。

食生活も運動もバッチリですね。見習いたいです! 広報委員も親の状況が気になる年代になってきました。情報共有しながら支え合っていけるといいですね



週末はジョギングで 気分転換と健康アップ!

いつもデスクワークが中心の事務職です。つついお菓子に手が伸びたり、コンビニの食事で済ませたりと、栄養バランスが気になっています。

普段、健康に気をつけていることは?

週末にジョギングしています。



やってみたい「健康に良い事」は?

森林浴です。

「不健康だな」と思ってもやめられないことは?

お菓子…甘いものとしょっぱいものの交互食!

普段の生活でストレスになる人や物は?

話していると、なぜかこっちが気まずくなってしまう人です。

おすすめの健康グッズを教えてください!

いつもスーパーやコンビニのお弁当で野菜を追加できないので「不健康かな」と思うときはサプリメントをプラスしています。

栄養バランスもしっかり考えてますね。野菜もがんばって食べてくださいね!

労衛研延岡健診センター 子宮頸がん検診始めます!

2026年3月に労衛研 延岡健診センターは、リニューアルを行い、子宮頸がん検診・特定保健指導室を新設します。これにより、人間ドックと共に、マンモグラフィ・乳エコー検査なども、ワンフロアで同時に実施できるようになります。

今後も、皆さまの健康を全力でサポートしてまいります。



延べ9校の学生の実習を行いました

労衛研では毎年、近隣の大学よりご依頼を受け、学生実習の受け入れを行っています。2025年4月～8月の間に、延べ9校、69名の学生が各職種の実習に訪れました。

保健師

担当 健康増進部

実施内容 保健指導の見学、保健師や他職種による講義、保健指導デモ、企業のデータ分析と発表、若手保健師との交流など

学生・学校からの感想

労働者の生活背景や働く環境に着目し、多職種連携を図りながらそれぞれの対象者に合った支援を行うことが重要であると学んだ。

臨床検査技師

担当 診療技術部

実施内容 胃X線検査の見学（施設健診1日、巡回健診2日）、胃X線検査について、健診について、被ばく管理について

学生からの感想

胃X線検査について

て実際に見学でき、受診者の大変さや、撮影者の技術のすごさが分かった。

公認心理師

担当 産業保健事業部

実施内容 産業労働領域のメンタルヘルスについて、公認心理師の職務や働き方の研修

学校からの感想

産業労働分野での心理支援のあり方が、学生にとって新鮮かつインパクトのある学びとなった。多職種連携の意味を強く学ばせていただいた。

今後も専門職育成のため、より充実した学生実習ができるよう努めます。

創立記念式典および表彰が行われました

令和7年9月1日、創立記念式典および表彰が行われました。今後も職員一丸となり、一層の努力と誠実な対応で皆さまに選ばれ、健診機関となるよう、業務に邁進いたします。

〈永年勤続表彰〉18名 ※入社順

30年表彰	今福(巡回健診部)
20年表彰	井筒(IT推進部)・河野(健康増進部)・天野(診療技術部)・大石(健康増進部)
10年表彰	北原(業務管理部)・明松(渉外部)・後藤(延岡健診センター)・酒井(健康経営推進室)・川上(産業保健事業部)・中尾(天神健診センター)・田村(診療技術部)・加藤(渉外部)・岩井(情報部)・坂井(情報部)・本多(健康増進部)・後藤(労衛研健診センター)・山田(情報部)

〈大型運転手無事故・無違反表彰〉2名

5年表彰	石田(巡回健診部)・荒木(巡回健診部)
------	---------------------

〈業績表彰〉個人1名・グループ1組

学術表彰	健康増進部 健康増進課特定保健指導係 村上(管理栄養士) 2024年10月に開催された福岡県栄養士改善学会にて労衛研の特定保健指導の取組の成果を発表しその内容が評価され「学会奨励賞」を受賞し知名度向上に貢献した功績。
業績貢献表彰	システム推進委員会 読影システム推進WG 代表:岡(IT推進部) 安部(診療技術部)・永田(診療技術部) 画像判定入力システムを導入し判定及び結果処理作業をデジタル化したことにより医師直接入力運用を実現し入力工程の削減・ペーパーレス化・作業効率化を行い判定及び結果処理のデジタル化実現に寄与した功績。



「ススム健康経営」リフレッシュルームを設置しました！

誰もが気軽にリフレッシュできるスペースとして「リフレッシュルーム」を設置しました！リクライニングチェアやヨガマット、ストレッチポールを設置し、休憩時間に質の高い休養をしっかりと取り、その後の作業への集中力を高めること等を目的としています。軽運動も行えるため、肩こりや腰痛予防、職員間のコミュニケーション向上にも最適な空間となります。今後、各拠点に展開していく予定です。



編集後記

この度永年勤続表彰をいただき、30年間皆さまに支えられてきたことを感謝しています。労衛研は、この間右肩上がりに成長し、この度健診スクエア博多の開設に至りました。労衛研が日々成長を遂げている中、私のサラリーマン人生も後半から終盤に差し掛かってきましたが、労衛研の成長と共に私も成長し、皆さまに貢献できるよう頑張ります。(今福)

朝晩が冷え込む季節、スタッフも体調に気を付けながらお客さまへのサービス向上に努めています。今回は、放射線業務における精度管理をご紹介させていただきましたが、他部門での取り組みも随時ご紹介させていただけたらと考えています。(荒木)

今年、第一子が生まれ生活がガラリと変わりました。初めてのことで、ただで大変ですが、子どもの成長を見る喜びを感じながら充実した日々を過ごしています。寒い季節は、子どもも自分も体調を崩さないように注意！皆さまも風邪には十分ご注意ください。(〇)

スポーツエールカンパニー2025の 認定を受けています!

労衛研は、2025年1月、従業員の健康増進のために、スポーツ活動の支援や促進に向けた積極的な取組を実施している企業として、スポーツ庁より「スポーツエールカンパニー2025」の認定を受けました。

これを機に、日常生活の中でスポーツする習慣が根付くことを目指して、労衛研職員一同、楽しく頑張っています。

今後も、スポーツを通し、健康増進はもとより、コミュニケーションの形成や社外との交流など積極的に努めていきます。そして、スポーツの魅力を伝える活動を続けてまいります。



労衛研の具体的な取り組み内容



オリジナル体操

労衛研独自の体操を作成し、各部署で実施可能な時間を決め、毎日実施



歩数アップイベント

目標を1日8,000歩以上、もしくは普段より1,000歩プラスとし、9週間実施



部活動

社内に運動クラブを設置し活動（野球部・駅伝部）



労衛研

公益財団法人 福岡労働衛生研究所

〒815-0081 福岡市南区那の川1-11-27 TEL: 092-526-1033(代) FAX: 092-526-1039



2026年4月グランドオープン

労衛研 健診スクエア博多

福岡県福岡市博多区博多駅東2-7-27 TERASO-II 3F
TEL.092-526-1087(予約)

労衛研 天神健診センター

福岡市中央区天神2-8-36 天神NKビル2F
TEL.092-526-1087(予約)

労衛研 那の川健診センター

福岡市南区那の川1-11-27
TEL.092-526-1087(予約)

労衛研 延岡健診センター

宮崎県延岡市愛宕町2-1-5 センコービル5F
TEL.0982-29-4300

労衛研 宇部センター

山口県宇部市浜町2-7-29
TEL.0836-43-7988



2025
健康経営優良法人
KENKO Investment for Health
大規模法人部門