

2024年5月29日

株式会社 四国銀行

3 すべての人に
健康と福祉を8 働きがいも
経済成長も

「スマート・ライフ・プロジェクト」賛同企業への登録

株式会社四国銀行（頭取 小林達司）は、国民の健康づくりをサポートする厚生労働省のプロジェクト「スマート・ライフ・プロジェクト」の賛同企業として参加登録しましたので、お知らせいたします。

当行は、本プロジェクトに参加することで、従業員に健康への意識づけを行い、より一層健康の保持・増進を推進してまいります。

記

1. 「スマート・ライフ・プロジェクト」とは

「健康寿命をのばそう」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気に楽しみながら健康な毎日を送ることを目標とした国民運動です。厚生労働省が、プロジェクトに参画する企業・団体・自治体と協力・連携しながら、運動、食生活、禁煙、健診・検診の受診について具体的なアクションの呼びかけを行い、国民自らが誘い合い、健康の輪を広げていくことで更なる健康寿命の延伸を推進しています。

※2024年3月31日時点 10,100 団体が参画

2. 本件の取組内容

本プロジェクトで掲げる4項目の内容に対し、当行では以下の取組みを重点的に実施します。
また、健康保険組合と連携して、保健事業の周知および利用を促進していきます。

項目	内容	取組み
運動	毎日プラス10分の身体活動	高知家健康パスポート（事業所版）の活用
食生活	1日あと70gの野菜をプラス	栄養に関する情報発信、 栄養ワンダーイベント
禁煙	禁煙でタバコの煙をマイナス	禁煙週間の実施、禁煙アプリの活用
健診・検診	健診・検診で定期的な健康チェック	定期健康診断・人間ドック等の実施、 子宮頸がん検診の補助



健康寿命をのばそう！
Smart Life Project

以上