



9月は、障害者雇用支援月間です!!

厚生労働省及び(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構では、障がい者雇用への理解と関心を深めるとともに、障がい者の職業的自立を支援するため、毎年9月を「障害者雇用支援月間」と定めています。障がい者の方が一人でも多く働く場を得られる社会の実現のため、皆さまの御理解・御協力をお願いします。

平成30年度業務改善助成金のご案内

「業務改善助成金」は、中小企業・小規模事業者の生産性向上を支援することで、「事業場内最低賃金（事業場内で最も低い賃金）」の引き上げを図る制度です。

＜概要＞事業場内最低賃金を一定額以上引き上げ、設備投資（機械設備、POSシステム等の導入）などを行った場合に、その費用の一部を助成。

★お問い合わせは「働き方推進支援センター」下記まで↓

「働き方改革」に関する事業主の皆さまからの相談窓口として

相談無料

香川県働き方改革推進支援センターを開設されました!

非正規雇用労働者の
処遇改善どうすれば?

36協定について教えてほしい!

長時間労働の
上限規制への対応や
労務管理は?

活用できる助成金
が知りたい!



個別相談

常駐する専門家（社会保険労務士等）が事業主からの来所、電話、電子メールによる相談に応じます。

企業訪問

企業訪問による個別支援を希望する事業主に対して、専門家を派遣し相談支援を行います。

出張相談会

商工会議所等と連携してセンターの出張相談会を実施します。

セミナー開催

商工会議所等と連携して働き方改革に関する無料セミナーを開催します。

＜相談窓口＞

高松市番町2丁目2番2号
高松商工会議所会館5階 香川県経営者協会内

T E L : 0800-888-4691

E m a i l : soudan@kagawakeikyo.jp





9月10日～9月16日は自殺予防週間です

良い睡眠で、からだもこころも健康に

良い睡眠をとることは、こころの健康づくりとして重要です。睡眠不足は、疲労感をもち、情緒を不安定にし、適切な判断力を鈍らせるなど、生活の質に大きく影響します。

あなたの睡眠は大丈夫？

- 睡眠時間が不規則である
- 寝ても疲れがとれない
- 朝早くに目が覚める
- 夜中に目が覚めて眠れなくなる
- 寝付くのに時間がかかる
- 日中、眠たくなる
- 休みの日に寝だめをする
- 睡眠薬の代わりに、お酒を飲んで寝る
- 睡眠時間が不規則

チェック項目が多いほど要注意。今すぐ生活の見直しをしよう！眠れない日が続いたら、専門医に相談しましょう。

【こころの元気度測ってみませんか？】

簡単にストレスをチェックできるアプリです

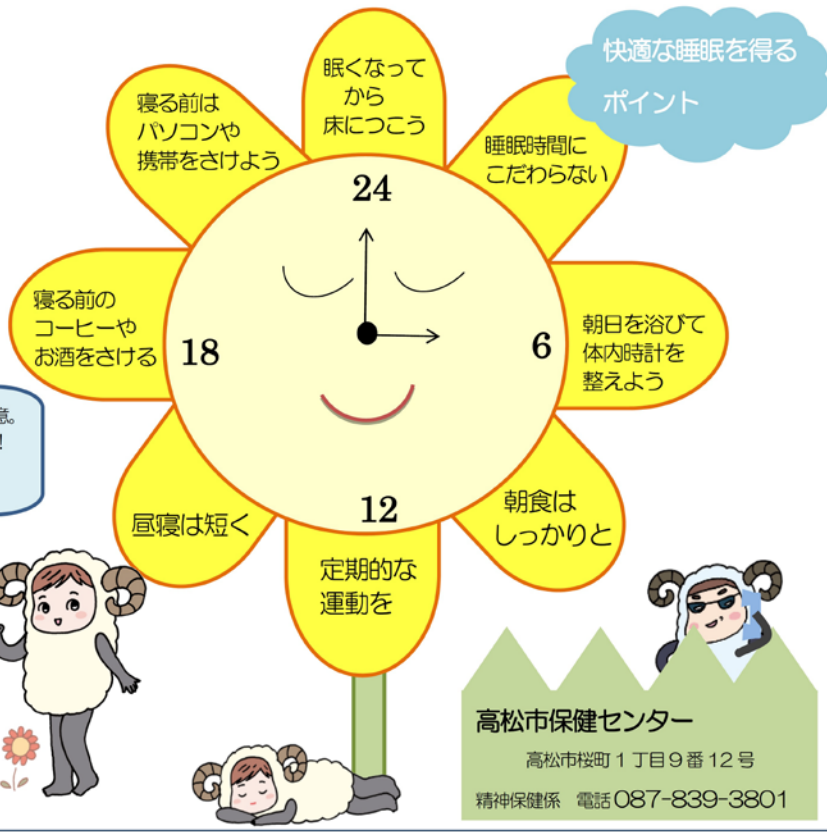
高松市 こころの体温計

検索

携帯スマホは
こちらから



利用料は無料ですが、通信料がかかります。個人情報は一切取得しません。結果にかかわらず、健康上気になることがある時は、早めに専門機関にご相談ください。



高松市保健センター

高松市桜町1丁目9番12号

精神保健係 電話 087-839-3801

当たってウレシイ 食べてオイシイ 続けてヤサイ

野菜たっぷり生活シールラリー

やさい 8月31日からスタート!

皆さんは野菜をたっぷり食べていますか？

生活習慣病予防のためには1日350g以上の野菜を食べることが推奨されています。

皆さんの野菜たっぷり生活を応援してくれる店舗に行ってみませんか？

対象店舗で野菜たっぷりのメニューを食べて、シールラリーに参加すると素敵な賞品が当たるかも★

実施期間 2018. 8. 31(金)～11. 30(金)

応募締切 2018. 12. 7(金)



シールラリー参加の流れ

シールラリー参加店舗の対象メニューを食べる



ラリーシールをもらう (3枚集める)



応募用紙にシールを貼り必要事項を記入し応募する



抽選で賞品が当たる



賞品

ラリー参加店舗で使えるサービス券258名様
地元産野菜等詰め合わせ20名様、野菜ドレッシング30名様

※サービス券は店舗事情により、予定通り使用できない可能性があります。ご了承ください。

★応募についての詳しい内容や各シールラリー参加店舗情報は、高松市保健センターホームページ

<http://www.city.takamatsu.kagawa.jp/kurashi/kenkou/kenkonotameni/shokuiku/yasaitappuri/sealrally.html> をご覧ください。



たかまつ野菜たっぷり生活プロジェクト