

「9 健康的な職業生活」

令和 年 月 日 曜日 校時
() 年 () 組 () 番
氏名 ()

1 職場における取り組み

① 職場における健康増進活動

「心とからだの健康づくり」()

労働災害防止・職業病予防＋() な心と体の健康づくり

- ① () 計画
- ② () 測定＝担当者：()
- ③ () 指導＝担当者：それぞれの専門家
- ④ () 活動＝担当者：()
- ⑤ ()

② メンタルヘルスケア（4つのケア）

- ① ()
- ② ()
- ③ ()
- ④ ()

○「快適職場指針」にもとづいた施策にはどのようなものがありますか。

2 日常生活における取り組み

① 余暇の意義

() や () の解消

②余暇の活用

() が課題



() 法により保障＝基本的な権利

・

・

※ _____

○余暇を確保し、有効活用するためには、どのような条件が必要だろうか。

○あなたは余暇時間をどのように過ごしていますか。

【平日】

【休日】