

島根県共同事業

島根県国保ヘルスアップ支援事業



『へるすあっぷの部屋』

『へるすあっぷの部屋』 島根大学医学部 環境保健医学講座
https://www.med.shimane-u.ac.jp/envi_med/health-app/index.html

島根大学医学部では、島根県より国保ヘルスアップ支援事業の委託を受けて、県民のみなさまが気軽に健康情報を学べる「しまね健康情報 e-ラーニングシステム」により様々な啓発動画を作成、配信しています。

島根大学医学部ホームページ：環境保健医学講座 左上の「へるすあっぷの部屋」をクリック



★しまね健康情報eラーニングシステム

「しまねCOMMONS」

- ・ 専門職向けに身近な疾患の最新情報、島根県が主催で開催した研修会も掲載
- ・ はじめての視聴には、登録が必要です。
- ・ 気軽に、詳しく学べる短編講座（研修会を除く）

専門職向け

医療従事者の方々に向けた事業の企画・実施

eラーニングシステム「しまねCOMMONS」動画コンテンツの作

国保医療費の上位を占める疾患を中心に、予防・重症化予防にむけたコンテンツを作成し、得ながら、コンテンツ内容を企画・作成し、医療従事者の方に向けてコモンディーズの最新



はじめての視聴には、
登録が必要です

画面の案内に沿って
登録をお願いします。

★しまね健康情報eラーニングシステム

「しまねMAMEインフォ」

- ・一般県民向けに、まめで安心して過ごすための健康情報
- ・登録不要（ただし、プレゼント応募時には必要）
- ・気軽に視聴できる短編動画（5分程度）



県民の皆さんに向けた事業の企画・実施

健康情報啓発動画「しまねMAMEインフォ」の作成（eラーニング）

日常生活で気をつけたい、身近な健康に関する情報を動画で発信しています。島根大学の講座、外部の専門家の方々のご協力を得ながらコンテンツ内容を企画・作成しています。



「しまねMAMEインフォ」から
日頃の健康づくりに役立つ情報をまとめたチラシ教材
～ダウンロードしてご自由にお使いいただけます。

健康に関するチラシの作成

日頃の健康づくりに役立つ情報をまとめたチラシを作成しています。掲載したQRコードから直接「しまねMAMEインフォ」の動画にアクセス出来ます。

過去のチラシ一覧

- [ちよつと気になるこれからの医療費](#)
- [野菜をしっかりと摂りましょう](#)
- [ムリなく始めよう高血圧予防](#)
- [ほどよい塩分摂取で健康に](#)
- [健康づくりの1歩！元氣動いて、しっかり運動！](#)
- [糖尿病の合併症予防](#)
- [糖尿病の発症とその予防について](#)
- [今日からはじめる介護予防](#)

チラシ例（表）



チラシ例（裏）



『へるすあっぷの部屋』 島根大学医学部 環境保健医学講座
https://www.med.shimane-u.ac.jp/envi_med/health-app/index.html

