

## はじめに

### ごあいさつ

見知らぬ土地を旅する時には、その土地の観光ガイドブックが役に立ちます。旅を始めるときや旅先で困ったときに、ガイドブックは役に立つことが多々あります。仕事を立ち上げた事業主の皆様やこれから仕事に就くあるいは現在従事している勤労者の皆様にとっても、「仕事場」が、不安なく活動できる場所となるためにも、「健康」に関する有意義な情報があると良いと思います。

本ガイドブックは、鹿児島市で働く人のお役立ち情報、特に、「健康」に関する情報提供を目的としています。情報提供の手段として、より身近に、また、適宜情報を更新できるという利点もあり、電子媒体の形になっています。気軽にスマホで読んだり、情報を得たりする時代に合わせています。もちろん、印刷し、職場に置いてご利用いただくことも推奨いたします。いずれの場合でも、働く人のそばに「ある」ことによって、必要な情報を目に留め、「健康」を守るための様々な仕組みや工夫をご理解いただければと思います。このガイドブックは、鹿児島市保健所の職員や鹿児島市内の地域や職域の現場で活躍される皆さまの知恵を絞って作成したものです。大いにご活用いただき、鹿児島市で働くことが心身ともに充実したものとなることを願っています。

働く世代の健康づくり（地域・職域連携推進専門部会）部会長  
堀内 正久