

<目次>

1. 市内企業が健康経営優良法人 2026 に認定されました
2. 令和 7 年度事業所対抗ウォーキング結果発表！
3. 宇部市立第二人生高校男子校生徒募集しています
4. 女性のための健康相談会（3/18）
5. お買い物ついでに！カラダ測定・健康相談会（3/20）
6. 一人で悩まず、あなたの声を聴かせてください

1. 市内企業が健康経営優良法人 2026 に認定されました

- ・健康経営優良法人 2026 は、3 月 9 日に発表されました。健康経営優良法人は、経済産業省が中心となって設立された健康経営に優れた企業を認定する制度です。
- ・市内では大規模法人部門には 2 法人、中小規模法人部門には 41 法人が認定されました。
- ・本市では、健康経営優良法人認定取得に向けた支援や相談受付をしていますので、お気軽にお問い合わせください。

▼市内企業が健康経営優良法人 2026 に認定

<https://www.city.ube.yamaguchi.jp/shisei/kouhou/kishahappyou/1008059/1028265/1028716.html>

2. 令和 7 年度事業所対抗ウォーキング結果発表！

- ・ご参加された事業所の皆様、お疲れさまでした。
- ・各部門の順位を発表します。詳細は添付資料をご覧ください。

○登録数 50 人以上の部

1 位 萩森物流株式会社

○登録数 20 人以上かつ 50 人未満の部

1 位 MU アークライン株式会社

2 位 株式会社UBEアセット&インシュアランス

○登録数 20 人未満の部

1 位 株式会社ワイドシステム

3. 宇部市立第二人生高校男子校生徒募集しています

- ・退職後の時間をもっと楽しく充実させませんか。自分の生活について、身体について、趣味について楽しく学べる学校です。
- ・今回で4年目となります。優秀な取組として「健康寿命をのぼそう！アワード」で厚生労働省老健局長優良賞を受賞しました。
- ・既に退職された方やこのたび退職される方などにぜひPRしてください。

▼宇部市立第二人生高校男子校

<https://www.city.ube.yamaguchi.jp/kenkou/koureifukushi/shumi/1021719/index.html>

4. 女性のための健康相談会 (3/18)

- ・健康チェックや個別相談ができる女性のための健康相談会です。
- ・予約不要、無料、ミニプレゼント付です。

日時：3月18日(水) 10時から19時まで(お好きな時間にお越しください。)

場所：宇部市立図書館(宇部市琴芝町一丁目1-33)

▼女性のための健康相談会

<https://www.city.ube.yamaguchi.jp/kenkou/kenkouzukuri/kenkoutorikumi/1028622.html>

5. お買い物ついでに！カラダ測定・健康相談会 (3/20)

- ・骨の健康度や体内糖化度、推定野菜摂取量の測定や免疫チェック、健康相談ができます。
- ・測定に参加し、対象商品の購入をすると抽選会に参加することもできます。

日時：令和8年3月20日(金・祝) 10時から16時まで

会場：アルク琴芝店(宇部市西琴芝町一丁目7-25)

▼みんなの体調管理イベント～自分のカラダを知って健康管理をしよう～

<https://www.city.ube.yamaguchi.jp/kenkou/kenkouzukuri/kenkoutorikumi/1028307.html>

6. 一人で悩まず、あなたの声を聴かせてください

- ・3月は、年度末の忙しさや環境の変化により、心身に負担がかかりやすい時期です。国ではこの1ヶ月を「自殺対策強化月間」と定め、相談体制を強化しています。
- ・もし今、あなたが不安やつらさを抱えているのなら、ひとりで抱え込まずにその気持ちを誰かに話してみませんか。言葉にすることで、心が少し軽くなるかもしれません。

▼こころの健康、悩みなどの相談

<https://www.city.ube.yamaguchi.jp/kenkou/kenkouzukuri/soudankyoushitsu/1005078.html>

●新規登録、バックナンバー

▼宇部市健康サポーター（事業所部門）

<https://www.city.ube.yamaguchi.jp/kenkou/kenkouzukuri/1019354/1022250.html>

●配信停止・配信先変更・お問い合わせ

宇部市健康増進課

〒755-0033 宇部市琴芝町二丁目1番10号（宇部市保健センター）

TEL:0836-31-1777 FAX:0836-35-6533

Mail:hose@city.ube.yamaguchi.jp

健康経営優良法人2026（大規模法人部門）（※ホワイト500を除く）認定法人一覧

令和8年3月9日公表
(市区町村別・五十音順)

No.	認定法人名	法人番号	左記法人と共に認定された法人名	加入保険者	申請書に記載の 本社所在地		業種
					都道府県	市区町村	
3017	株式会社宇部情報システム	8250001003052		全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	情報・通信業
3018	U B E マシーナリー株式会社	1250001003050		全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	機械

健康経営優良法人2026（中小規模法人部門（ブライツ500））認定法人一覧

令和8年3月9日公表
(市区町村別・五十音順)

No.	認定法人名	法人番号	加入保険者	都道府県	市区町村	業種
430	宇部物流サービス株式会社	8250001003060	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業

健康経営優良法人2026（中小規模法人部門（ネクストブライツ1000））認定法人一覧

令和8年3月9日公表
(市区町村別・五十音順)

No.	認定法人名	法人番号	加入保険者	都道府県	市区町村	業種
879	琴崎産業株式会社	3250001003172	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	運輸業
880	長州貨物株式会社	6250001003426	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	運輸業
881	株式会社ティユーエレクトロニクス	1250001003439	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業
882	株式会社T・O・S	8250001015733	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	建設業
883	株式会社ワイドシステム	8250001004050	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	小売業

健康経営優良法人2026（中小規模法人部門）（※ブライツ500、ネクストブライツ1000を除く）認定法人一覧

令和8年3月9日公表
(市区町村別・五十音順)

No.	認定法人名	法人番号	加入保険者	都道府県	市区町村	業種
18766	株式会社アースクリエイティブ	9250001002986	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	サービス業 (他に分類されないもの)
18767	株式会社伊東工作所	2250001002943	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業
18768	株式会社インテリア紅葉	5250001002949	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	建設業
18769	宇部アスコン株式会社	3250001016190	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業
18770	株式会社宇部貨物	5250001002981	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	運輸業
18771	宇部工業株式会社	8250001002995	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	建設業
18772	宇部商工会議所	2250005002188	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	社団法人、 財団法人、 商工会議所・ 商工会
18773	株式会社宇部スチール	4250001003064	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業
18774	株式会社宇部総合サービス	8250001003003	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	サービス業 (他に分類されないもの)
18775	エネックス株式会社	7250001003755	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	電気・ガス・熱 供給・水道業
18776	キチナグループ株式会社	9250001003150	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業
18777	キチナテクノエンジニアリング株式会社	1250002004907	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	建設業
18778	キチナロジスティクス株式会社	2250001003149	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	運輸業
18779	有限会社協和工業	2250002004550	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業
18780	琴崎テリワイ株式会社	4250001003188	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	運輸業
18781	株式会社坂本鉄工所	5250001003204	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業
18782	三和企業株式会社	9250001003225	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	学習支援業
18783	成建工業株式会社	6250001003343	ソルコム健康保険組合	山口県	宇部市	建設業
18784	チタン工業株式会社	3250001003412	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業
18785	中国水工株式会社	3250001003420	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	専門・技術 サービス業
18786	中國電設工業株式会社	7250001003417	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	建設業
18787	都市産業株式会社	6250001003863	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	サービス業 (他に分類されないもの)
18788	株式会社長門製作所	2250001003867	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業
18789	秋森物流株式会社	1250001004461	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	運輸業
18790	合同会社HACNAMATATA	5250003001651	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	福祉
18791	日立建設株式会社	1250001003538	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	建設業
18792	有限会社フォーマックス	4250002007832	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	福祉
18793	防長建運株式会社	4250001003584	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	建設業
18794	ミツヤ工業株式会社	6250001003632	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	建設業
18795	村上建設工業株式会社	5250001003633	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	建設業
18796	山機運輸株式会社	9250001003662	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	その他
18797	U B E 過酸化水素株式会社	7010401042229	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	製造業
18798	株式会社理化	7250001003722	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	建設業
18799	有限会社リヘルタス興産	1250002005938	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	複合サービス 事業
18800	株式会社ルプラス	5250001019349	全国健康保険協会山口支部	山口県	宇部市	保険業

令和7年度事業所対抗ウォーキング 順位発表



ご参加された事業所の皆様、お疲れさまでした。
各部門での順位※を発表します！

※やまぐち健幸アプリに5人以上で企業登録かつ宇部市健康サポーター
(事業所部門)に登録している事業所で月別1位の獲得回数が多かった順です。
期間は、令和7年5月から令和8年1月まで(9カ月間)となります。

登録数50人以上の部

1位 萩森物流(株)

9回/9回中

登録数20人以上かつ50人未満の部

1位 MUアークライン(株)

5回/9回中

2位 (株)UBEアセット&インシュアランス 4回/9回中

登録数20人未満の部

1位 (株)ワイドシステム

9回/9回中



萩森物流(株)



(株)ワイドシステム



MUアークライン(株)



(株)UBEアセット&インシュアランス



令和7年度事業所対抗ウォーキング 結果発表(令和7年5月～令和8年1月)

月	順位	50人以上	平均歩数 (1人あたり月間)	20人以上かつ50人未満	平均歩数 (1人あたり月間)	20人未満	平均歩数 (1人あたり月間)
5月	1	萩森物流(株)	235,801(株)UBEアセット&インシュアランス		117,479(株)ワイドシステム		303,851
	2	宇部物流サービス(株)	147,681	都市産業(株)	86,021	UBE過酸化水素(株)	265,935
	3	(株)ティーユーエレクトロニクス	142,786(株)中電工	宇部営業所	59,505	MUアークライン(株)	230,897
6月	1	萩森物流(株)	219,501(株)UBEアセット&インシュアランス		84,123(株)ワイドシステム		366,278
	2	(株)ティーユーエレクトロニクス	133,784	都市産業(株)	58,021	MUアークライン(株)	249,224
	3	宇部物流サービス(株)	93,012(株)中電工	宇部営業所	45,196	中国水工(株)	229,092
7月	1	萩森物流(株)	241,354(株)UBEアセット&インシュアランス		88,275(株)ワイドシステム		352,688
	2	(株)ティーユーエレクトロニクス	81,721	都市産業(株)	59,679	MUアークライン(株)	239,513
	3	宇部物流サービス(株)	77,716(株)中電工	宇部営業所	38,977	中国水工(株)	208,013
8月	1	萩森物流(株)	234,537(株)UBEアセット&インシュアランス		75,924(株)ワイドシステム		395,852
	2	宇部物流サービス(株)	84,453	都市産業(株)	61,798	MUアークライン(株)	215,662
	3	(株)ティーユーエレクトロニクス	59,891(株)中電工	宇部営業所	38,605	UBE過酸化水素(株)	165,877
9月	1	萩森物流(株)	239,340	MUアークライン(株)	197,431(株)ワイドシステム		325,854
	2	宇部物流サービス(株)	114,076(株)UBEアセット&インシュアランス		98,320	UBE過酸化水素(株)	209,106
	3	UBEマシナリー(株)	105,379	都市産業(株)	93,757	セントラル硝子(株)	118,075
10月	1	萩森物流(株)	256,232	MUアークライン(株)	205,477(株)ワイドシステム		344,787
	2	UBEマシナリー(株)	174,771(株)UBEアセット&インシュアランス		149,765	UBE過酸化水素(株)	181,550
	3	宇部物流サービス(株)	115,203	都市産業(株)	125,988	セントラル硝子(株)	122,195
11月	1	萩森物流(株)	244,772	MUアークライン(株)	180,090(株)ワイドシステム		234,770
	2	UBEマシナリー(株)	180,975(株)UBEアセット&インシュアランス		105,925	UBE過酸化水素(株)	191,054
	3	宇部物流サービス(株)	128,246	都市産業(株)	97,361	セントラル硝子(株)	156,620
12月	1	萩森物流(株)	237,047	MUアークライン(株)	159,963(株)ワイドシステム		201,473
	2	UBEマシナリー(株)	92,900(株)UBEアセット&インシュアランス		89,844	UBE過酸化水素(株)	198,862
	3	宇部物流サービス(株)	75,794	都市産業(株)	71,862	セントラル硝子(株)	74,866
1月	1	萩森物流(株)	249,616	MUアークライン(株)	157,852(株)ワイドシステム		188,548
	2	UBEマシナリー(株)	75,826(株)UBEアセット&インシュアランス		92,401	UBE過酸化水素(株)	136,340
	3	宇部物流サービス(株)	69,992	都市産業(株)	64,167	セントラル硝子(株)	91,016

宇部市立第二人生高校 男子校

Daini Jinsei High School



第14回健康寿命をのばそう！AWARD
厚生労働省老健局長優良賞
受賞

忘れかけていた青春が、再び —。

忙しく駆け抜けてきた日々がひと段落して、
時間に少しゆとりができた男性へ。
誰かのために捧げてきた時間を、
これからはじっくり自分に使ってみませんか。

自分の生活について、身体について、趣味について、
もう一度楽しく学べる学校が、ここに始まります。

卒業生の声

- ・新たな出会い、楽しめました！
- ・今まで料理をほとんどしてこなかったが、学んだ料理を家で作ってみて家族が喜んでくれたのがとてもうれしかった。
- ・おいしいコーヒーの淹れ方を教えてもらい、道具から揃えたいくなった。
- ・娘が実家に戻ってきたときにコーヒーを入れてあげたい。



宇部市第二人生高校男子校は、
国が推奨する優れた介護予防の
取組として評価され、
厚生労働省より表彰されました。

申込期間

令和8年4月1日（水）～令和8年5月15日（金）

定員

20人（先着順）
（申込人数が10人に達しない場合中止）

申込みは、右記の2次元コード・
電話で受付けます。



対象

概ね60歳以上の男性で、
・今から何か始めたいと思っている人、楽しみを見つけない人。
・出かけることが少なくなっている、家で過ごす時間が長くなっている人。

受講料

基本的には無料ですが、講義内容により材料費等が発生します。

開校期間

令和8年5月22日 ～ 令和8年8月21日

連絡先

宇部市健康福祉部 高齢福祉課

TEL 0836-34-8303

令和8年度授業一覧

専門の講師による指導の下、全5科目を実施します。身体のこと、趣味のこと、これからの自分について、楽しく学びましょう。

入学式 学級活動

5月22日（金）
9時30分～11時30分
市役所 市民交流棟
2階 会議室

講師
山口県作業療法士会

- ①入学式
- ②男の価値、再発見プロジェクト

「俺のトリセツ（取り扱い説明書）」を作り、「俺」のイイところ再発見！

家庭科

6月17日（水）
13時30分～15時30分
黒石ふれあいセンター

講師
市健康増進課 管理栄養士

男子厨房に入るべし！男の料理教室

へら塩ベジューベ作戦による、晩酌用おつまみを作ろう！塩分を減らすこと、野菜摂取の大切さを学ぼう。

体力測定：Timed Up and Go

参加料
700円
(材料費他)

技術

7月上旬（調整中）
市役所 市民交流棟

講師
宇部市「まちなか保健室」
事業者

めざせ☆ゲームの達人！

ゲーム機を使って楽しむ、eスポーツを体験。からだと心を動かし脳活性につながります！初体験の人は、スタッフがサポート！

体力測定：骨密度・片足立ち

家庭科

7月17日（金）
9時～10時30分
フタマタセコーヒー
(永山本家酒造場2階)

講師 フタマタセコーヒー

違いが分かる 男のコーヒー教室

コーヒーに関する知識や淹れ方を学び、自分だけでなく周りの人も幸せになれる最高の一杯を淹れよう。

体力測定：握力測定

参加料
1,000円
(材料費他)

学級活動 卒業式

8月21日（金）
10時00分～11時30分
市役所 市民交流棟
2階 会議室

講師
山口県作業療法士会

- ①生涯現役、男の再出発
- ②卒業式

二高を通じての新たな発見、新しい自分の生き方にチャレンジしてみよう！

体力測定：足指測定

※日程・内容について、変更の可能性があります。
※終了後は同窓会（OB会）も予定しており、卒業式でご案内します。

活動内容は
こちらから



ときには自分のからだに
目をむけてみませんか

女性のための健康相談会

2026. 3月18日(水)

10:00～19:00

(お好きな時間にお越しください)

宇部市立図書館

無料

予約不要

ミニ
プレゼント



健康チェック

肌年齢測定

骨健康度測定



個別相談

月経・更年期症状

に関する事など

情報コーナー

乳がん触診体験

リーフレット

パネル展示など





測って、知って、当てよう！

健康測定イベント

2026年3月20日(金・祝)
アルク琴芝店
10:00~16:00

参加費無料

申込不要



AGEs値



推定野菜摂取量



免疫チェック



骨の健康

測定機器を使い、体の状態を測ります。
保健師によるアドバイスも受けることができます。
ぜひお立ち寄りください。

さらに、その場で当たる**抽選会開催**！

測定に参加、商品購入で抽選にチャレンジしてください。



ひとりで悩まず 相談してみませんか？

悩みごと相談窓口

もしあなたが先の見えない不安や生きづらさを感じたり、様々なこころの悩みを抱えていたら、ひとりで悩まずに相談してください。電話では相談しづらい方には、LINEなどのSNSでも相談できます。

相談してみたら
少しほっとした

あなたの声を
聴かせてください



※相談日時について特に記載のない場合、
土日・祝日・年末年始は除く

こころや身体の健康に関すること

こころや身体の健康相談

内 容：保健師が相談をお受けします。
対面相談も可能です。

相談先：宇部市保健センター

日 時：平日8:30~17:15

電 話：0836-31-1777

宇部市メンタルヘルス相談

内 容：医師が相談をお受けします。
※市委託のNPO法人が実施

相談先：宇部市保健センター

日 時：要予約（連絡を受けて日程調整）

電 話：0836-31-1777

山口いのちの電話

内 容：孤独や不安を抱えた人に
寄り添う相談ダイヤルです。

相談先：山口いのちの電話

日 時：365日、16:30~22:30

電 話：0836-22-4343

心の健康電話相談

内 容：心の健康全般に関する相談電話で
す。（山口県福祉総合相談支援セン
ター内に設置）

日 時：平日9:00~11:30、

13:00~16:30

電 話：083-901-1556

SNS等の相談窓口

内 容：SNSやチャットによる相談ができます。

相談先：まもろうよこころ（厚生労働省）

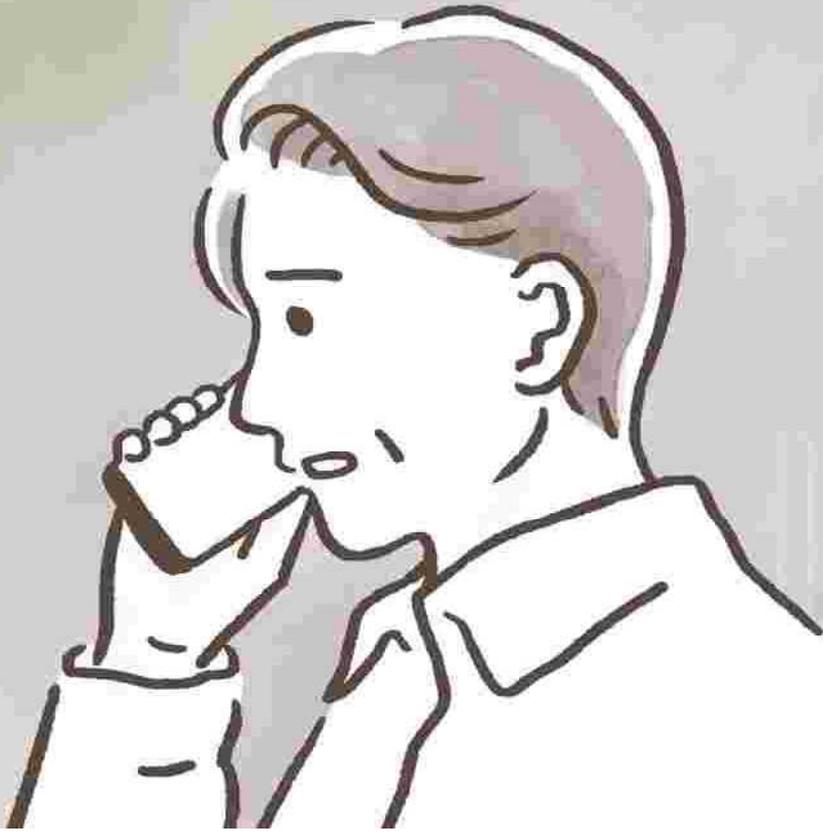
連絡先：

まもろうよこころ

検索



言葉にしたら、
気持ちが少し
軽くなった。



匿名でも大丈夫です。
話したくないことは
話さなくて大丈夫です。
SNSでも電話でも大丈夫です。
ひとりで抱え込まないで、
その想い、聞かせてください。



相談窓口はこちら



まもろうよこころ

検索



3月は自殺対策強化月間です。