

衛生講話年間テーマ（2026年4月～3月）

	テーマ	備考	年間行事
4月	イヤなことがあった時の対処方法	身体と脳のリラックス方法 呼吸と身体の関係 ポリヴェーガル理論から	発達障害啓発週間（4月2日-8日） 世界労働安全衛生デー（4月28日）
5月	たばこについて	電子タバコなど新しいタイプのタバコについて、ニコチンパッチの有効性、やめ方、ゾンビタバコ	熱中症（5月1日-9月30日） 世界禁煙デー（5月31日） 禁煙週間（5月31日-6月6日）
6月	花粉症・アレルギー	基礎知識、軽減方法、対策	歯と口の健康週間（6月4日-10日） ピンクの日（乳がんセルフケア）（19日）
7月	体重について		全国安全週間（7月1日-7日） 肝臓週間（7月24日-30日） 日本肝炎デー（7月28日）
8月	胃腸炎、過敏性腸症候群について		食品衛生月間（8月）
9月	睡眠について		健康増進普及月間（9月） 自殺予防週間（9月10日-16日） 老人週間（9月15日-21日） 世界アルツハイマーデー（9月21日） 睡眠の日（9月3日）
10月	運動	腰痛、肩こり	体力づくり協調月間（10月） 全国労働衛生週間（10月1日-7日） ピンクリボン（乳がん）月間（10月） 転倒予防の日（10月10日） 世界メンタルヘルスデー（10月10日）
11月	セルフトークについて	自己受容、自己効力感（パンデューラ）	介護の日（11月11日） 過労死防止啓発月間（11月）
12月	アルコールについて	アルコールが抜けるまでの時間、アルコールの健康影響	職場のハラスメント撲滅月間（12月）
1月	歯の健康		禁酒の日（1月16日） 防災とボランティア週間（1月15日-21日）
2月	ブルーライトについて		においの日（2月1日） 猫の日（2月22日） 化学物質管理協調月間（2月）
3月	老化現象について	高齢労働者の健康	女性の健康週間（3月1日-8日） 自殺対策強化月間（3月）