

健康を振り返り、行動につなげよう！



ストレスチェックは
受けましたか？



健康診断の
結果は見ましたか？



睡眠は十分に
とっていますか？



バランスよく食事を
とっていますか？



定期的な運動を
していますか？



国家公務員 健康週間

令和8年
10/1(木) ▶ 7(水)

主唱者
人事院
内閣官房内閣人事局
主催者
各府省