

## 근로자건강센터는 어떤 서비스가 제공되나요?



### 출장방문시 이용가능한 서비스

- 기초검사 (혈압, 혈당, 혈중지질, 체중, 비만도 측정)
- 직업병 예방 상담 및 필요시 의료기관 연계
- 특수 및 일반건강검진결과에 따른 사후관리
- 뇌심혈관계 질환 지도 및 상담
- 직무스트레스 평가 및 자율신경기능 스트레스 검사
- 스트레스 관련 상담
- 직업환경 개선 상담
- 취급물질 관리 및 MSDS 상담
- 보호구 착용 상담
- 근골격계 증상 평가 및 맞춤 운동 처방
- 스트레칭 지도 및 부위별 질환 운동자료 제공
- 건강관련 교육 (금연, 절주, 뇌심혈관계 관련 질환, 심폐소생술, 근골격계 예방관련 교육 등)



### 내방시 이용가능한 서비스

- 출장시 이용가능한 서비스 모두 이용 가능 (단 교육은 5명 이상~ 20명 미만시 가능함)
- 체력측정 및 균형능력 평가
- 개인별 맞춤 운동 처방 및 운동 지도
- 흡운동프로그램 지도



운영  
시간

월요일 ~ 금요일  
(오전 9시 ~ 저녁 8시)

상담  
문의

제주특별자치도 제주시 중앙로 165  
고용복지플러스센터 3층(구. 상록회관)  
☎ 064)752-8961  
🌐 www.jejuwhc.or.kr



행복한 근로자 안전한 일터

# 제주근로자 건강센터

WORKER'S  
HEALTH CENTER

“미래를 향한 청림세상  
제주근로자건강센터가 앞장섭니다”

생명의 섬 건강의 섬 제주  
제주근로자건강센터

생명의 섬 건강의 섬 제주  
제주근로자건강센터



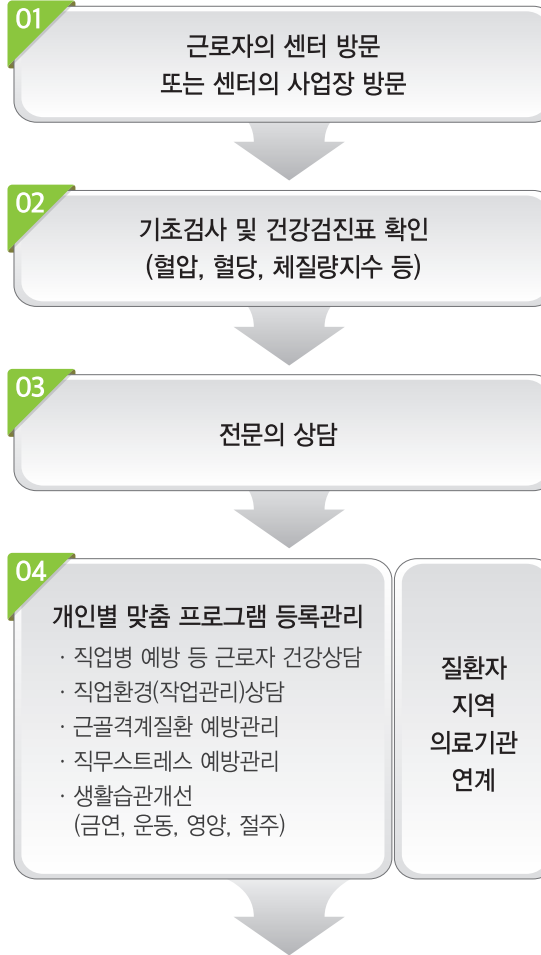
# '근로자건강센터' 는 근로자의 건강을 가장 먼저 생각합니다.

안전보건공단에서는 근로자 건강관리에 취약한  
50인 미만 소규모 사업장 근로자들의 건강관리 지원을  
위하여 '근로자건강센터'의 설치·운영, 근로자 질병상담 등  
다양한 직업건강서비스를 제공하고 있습니다.

## 주요서비스



## 근로자건강센터는 어떻게 이용하나요?



건강하고 행복한 근로자



## 이런 분들이 이용하시면 좋아요!



### 직업병 예방 등 근로자 건강상담

- 직업병이 의심되는 분
- 특수·일반건강검진 후 결과 상담이 필요한 분
- 고혈압, 당뇨, 고지혈증이 의심되는 분
- 기타 건강에 대해 궁금하신 분



### 직업환경(작업관리) 상담

- 위험성평가, 작업환경측정결과 상담 등 사업장 보건관리, 근무환경 개선상담이 필요하신 분
- 화학물질의 올바른 취급 관리방법이 궁금하신 분
- 유기용제, 분진, 소음이 발생하는 작업장에서 일하시는 분
- 컴퓨터작업이나 단순반복업무를 많이 하시는 분



### 근골격계질환 예방관리

- 반복작업으로 통증이 있으신 분
- 무거운 물건을 많이 취급하시는 분
- 건강 및 체력에 맞는 운동을 배우고 싶으신 분
- 오십견 및 허리디스크 등 질환별 운동이 알고 싶으신 분



### 직무스트레스 예방관리

- 스트레스를 많이 받으시는 분
- 우울감, 대인관계 어려우신 분
- 심리적인 불편감을 느끼시는 분



### 생활습관개선

- 담배를 끊고 싶으신 분
- 술을 줄이고 싶으신 분
- 체중이 많이 나가시는 분
- 식생활을 개선하고 싶으신 분