

はじめよう！健康経営[®]セミナー

～中小規模法人部門～

開催日時

5月12日（金）
15:00～16:30

6月9日（金）
15:00～16:30

第一部



「わくわくチームが会社を変える 健康経営 ～職場活性の仕掛けづくり～」
NPO法人 健康経営研究会 副理事長 平野 治 氏
健康増進、コミュニケーションの活性化、生産性の向上、業績向上などのメリットが期待できる経済産業省所管の「健康経営」をわかりやすく解説します。健康経営の実践や、職場活性、組織の生産性向上には組織マネジメントが鍵となります。

第二部



「健康経営実践企業のご紹介」
三井住友海上あいおい生命保険株式会社
健康経営エキスパートアドバイザー 今村 匡 氏
健康経営を実践している企業様のご紹介やMSA生命でお力になれることをご紹介します。

第三部

5月 食事



「食生活改善からはじめる健康経営
～コミュニケーションの活性化にも～」
カゴメ株式会社 健康事業部 健康経営エキスパートアドバイザー 湯地 高廣 氏

1日3回ある食事に対して、**意識・行動を改善**する事で、健康に取り組むマインド・風土を醸成、そのポイントを伝授。
また、野菜摂取量と労働生産性に関するデータも紹介。

6月 睡眠



「質の高い睡眠をとるために」
西川株式会社
日本睡眠科学研究所認定
スリープマスター 田中 大地 氏

健康的な毎日を過ごすために重要な「睡眠」。
生産性を高める手段として効果的な仮眠（パワーナップ）についてご紹介！
質の高い睡眠をとるために重要な要素についてもお話いたします。

参加方法：Zoom

参加費：無料
(定員500名先着)

対象：企業経営者
健康経営担当者

Zoom情報

5月12日（金） ID：927 3811 9033 パスコード：0512

6月9日（金） ID：918 7109 8830 パスコード：0609



申込方法

下記Formsへ直接お申込みください。

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=VEVZi81pYkWlwsPdLp3MRpdxU-9RNXhDrz12Wqlzv8pUM1RCNk5RMDcxTldJR0E4UDZDR1dJRUFKv4u>



講師のご紹介

第一部. 「わくわくチームが会社を変える 健康経営 ～職場活性の仕掛けづくり～」



NPO法人 健康経営研究会 副理事長 平野 治 氏

健康デザイン研究所、マーケティング & 健康経営のProfessional
技術×人財×仕組み×コミュニケーション = 新市場戦略、と位置づけ、プランニング事業を展開。
1981年から、資生堂や東急、電通、NHK、リクルートなどのマーケティングに関わる。

第二部. 「健康経営実践企業のご紹介」



三井住友海上あいおい生命保険株式会社

健康経営エキスパートアドバイザー 今村 匡 氏

400社以上の認定支援や各地の健康経営セミナー講師を通じて企業の持続的な発展のため活動。

第三部. 5月12日(金) 「食生活改善からはじめる健康経営 ～コミュニケーションの活性化にも～」



カゴメ株式会社 健康事業部

健康経営エキスパートアドバイザー 湯地 高廣 氏

カゴメに入社後、営業・商品企画・マーケティング、および新事業に携わるなど、社内の業務をマルチに経験。また、社外とのコンソーシアム活動・地域の街づくり活動・大学での講師活動なども精力的に実施。健康経営エキスパートアドバイザーとして、延べ700社以上へ健康経営セミナーの講師を実施。

第三部. 6月9日(金) 「質の高い睡眠をとるために」



西川株式会社 日本睡眠科学研究所認定

スリープマスター 田中 大地 氏

「よく眠り、よく生きる。」を掲げる西川株式会社の眠りのアドバイザーとして、睡眠の価値を伝える「スリープマスター」。企業・団体・学校など全国でセミナーを行うほか、プロのアスリートに対する寝具のコンサルティングなどを行う。