

働きざかりの健康管理

～健康経営を始めたい経営者の方へ～

従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践する「健康経営」という言葉をご存知でしょうか。企業理念に基づき従業員への健康投資を行うことで、従業員の活力や生産性の向上等、組織の活性化をもたらし、結果的に業績や株価の向上につながると期待されています。

近年、行政を中心に健康経営の推進に向けた活動が行われており、各企業においても関心が高まっています。しかし「健康経営」という言葉が先行しており、実際に何をすればよいのかわからないという方も多いのではないのでしょうか。

そこで本セミナーでは、トータルフィットネスインストラクターの西本真寿美氏を講師に、効果的な身体の動かし方、健康・体力づくりのコツを、身近な生活の中からヒントを出しながら、実技を交えて健康管理の方法を実践します。

この機会に健康経営を始めたいとお考えの方は、ぜひ受講してください。

◆講師 トータルフィットネスインストラクター 西本 真寿美氏

《講師プロフィール》

全国の企業・団体・教育委員会など、地域における健康づくり指導を、職員研修や市民向けセミナーで行う。他にも健康づくりのための体操教室を開講。講師自らホノルルマラソンで17回完走しており、日頃から積極的に体を鍛えている。

京都府出身。82年日本体育大学卒業。同年から84年までNHKのテレビ体操に出演した。89年から91年まで、NHKくらしの情報出演。91年から(有)トータルフィットネス企画PURE(ピュア)取締役。



◆ 日 時 平成29年10月25日(水) 13:30~15:00

◆ 会 場 今治商工会議所2階 大会議室

◆ 受講料 無 料

◆ 定 員 100名 ◆ 申込締め切り 平成29年10月23日(月)

◆ 申込方法 申込書により(先着順で、定員になり次第締め切らせて頂きます。)

◆ 主 催 今治商工会議所 中小企業相談所

(TEL: 23-3939 FAX: 31-6667 E-mail: webinfo@imabaricci.or.jp)

今治商工会議所 企画指導課 行 FAX 31-6667

10/25(水)健康経営セミナー申込書

事業所名				受講者名	
所在地					
TEL		FAX			

※ ご記入いただいた情報は、商工会議所からの各種連絡・情報提供のために利用するほか、講演会参加者の実態調査・分析のために利用することがあります。