

令和元年 6 月

秋田商工会議所
会 員 各 位

一般社団法人秋田経済同友会

「ビジネスマン健康達人講座」のご案内

私どもは、秋田県在住の経済人が互いに同志として集まり、山積する社会問題解決に取り組み、地域発展のけん引力となり、もってわが国経済の発展に寄与しようと活動している一般社団法人です。

短命県のイメージ払しょくをめざし、平成 29 年 2 月に秋田県と秋田市はじめ県内市町村に『「生涯、元気に暮らせる秋田」の実現に向けて 健康寿命を伸ばす施策を求める提言』を提出しました。この趣旨に率先して取り組むため、同年 9 月から、会員企業の 40 代以上の働き盛りに健康づくりのヒントやきっかけを学んでもらう「ビジネスマン健康達人講座」を始め、初年度は 26 社 37 人、昨年は 26 社 36 人が受講しました。出席率は毎回ほぼ 8 割前後と受講者からは好評で、送り出した会員からも受動喫煙防止宣言施設に登録した、運動に取り組むモチベーションが上がったなどの声が寄せられました。

本年度は会員以外の企業にも門戸を開放し、参加を呼び掛けることにしました。職場の中核である 40 代、50 代は、健康面でも最も大事な年代です。当会の調査では、保健行政がもっともアプローチしにくいのもこの世代の勤労者で、経営者にもこの年代の健康に頭を悩ませている方が少なくないことが分かりました。健康経営の一番の近道は健康意識の高い社員のすそ野を広げることですが、この年代の意識が変われば職場も変わります。まずは社員本人が自分の体や食事、運動などについて見直す機会とし、さまざまな形で同僚にも広めてほしい。講座の狙いはここです。このため平日の日中の開催を基本とし、参加費も会社負担（1 社 1 万円）をお願いしています。

お申し込みは別紙申込書に受講者の氏名、職名をご記入のうえ、下記事務局までファクス送信してください。締め切りは 7 月 10 日（水）です。

健康経営のすそ野を広げるためにも、多くの社員に参加の機会を勧めてくださいますようお願い申し上げます。

【お問い合わせ先】

秋田経済同友会事務局

TEL018-863-1349

FAX018-863-1926

E メール：jimukyoku@akitadoyukai.or.jp

令和元年6月

40代以上の社員の皆さま

一般社団法人秋田経済同友会

「ビジネスマン健康達人講座」のご案内

40代、50代は体の曲がり角です。これから先、健康で充実した人生を送るためには、この年代からのちょっとした心がけがカギを握ります。分かっているけど、何をどうしたらいいかが分からない。そんなあなたにヒントを与える「ビジネスマン健康達人講座」を今年も7月から、秋田経済同友会が開催します。

社長のお墨付きで暮れまでの5回、会社の費用で健康についての知識を学び、体を動かしたり試食したりしてみませんか。体のことが気になりだしたあなた、ぜひ受講してみてください。

◇◇◇ ビジネスマン健康達人講座 ◇◇◇

対 象：秋田商工会議所会員企業の40代以上の社員

受講料：1社 10,000円（複数参加歓迎。5回通しが原則です）

内 容：各回おおむね1時間半の予定

①7月30日（火）16:00 会場：秋田大学附属病院シミュレーション
教育センター

秋田大学大学院医学系研究科 野村恭子教授
「健康長寿にはなぜ40代、50代が大切か」

②9月12日（木）16:00 会場：秋田市保健所会議室
秋田大学大学院保健学専攻臨床看護学講座 佐々木久長准教授
「生きがいくつとメンタルヘルス」

③10月18日（金）15:00 会場：県健康増進交流センター（ユフォーレ）
協会けんぽ保健師による講話「たばこと健康」
ユフォーレ健康運動指導士による指導「運動 始めるコツ 続けるコツ」

④11月15日（金）15:30 会場：秋田市保健所会議室
旭北歯科医院 千葉利昭院長「歯と口のケアからはじめる“健口長寿”」

⑤12月13日（金）11:00 会場：秋田ビューホテル
管理栄養士による「健康長寿は食事から」講話と昼食とりながらのQ&

A

申し込み締め切り：7月10日（水）

「2019 ビジネスマン健康達人講座」受講申込書

会員企業名 _____

受講者名	
役 職	

受講者名	
役 職	

受講者名	
役 職	

◎ 7 月 1 0 日までに下記にファクスでお申し込みください。

秋田経済同友会事務局 FAX:018-863-1926