

カンケンキョウ Newsletter Vol.19

カンケンキョウ(関西・健康経営推進協議会)をいつも応援していただきありがとうございます。平成30年2月に設立し、セミナー、連絡会等開催してきました。健康経営に関する関心の高まりは肌感覚で感じており、これからの企業経営に必要不可欠な考え方や経営手法であることは間違いありません。何よりも企業は元気で明るくないと発展は望めません。そのようなお手伝いをしたいと思っていますので今後ともよろしくお願いします。

健康経営セミナー「東大阪市の企業の実践例！健康社長と持続可能な企業づくり」を大塚製薬様と共に開催！

モノづくりの中小企業が集積する東大阪において、中小企業の健康経営の成功モデルをつくることを目的として、以下のとおり17社、総勢29名が参加し開催しました。

□主催:大塚製薬株式会社、共催:関西・健康経営推進協議会、後援:東大阪市

□日時:2021年3月24日(水)14:00~16:00

□:場所クリエイション・コア東大阪 南館研修室

当日は、野田義和東大阪市長、日村健二近畿経済産業局バイオ医療機器技術振興課長に来賓としてお越しいただきました。

野田市長からは中小企業のまちである東大阪で健康経営のイベントを民間の力で開催されることに対する感謝と共に健康経営が市内企業

2.5万社、23万人の従業員が元気になるきっかけにしたいとのご挨拶がありました。

近畿経済産業局の日村課長からはモノづくりを事業継承するためには健康経営が必要であると共に従業員は企業にとって宝であり、従業員が健康に働ける環境をつくる健康経営は国としての成長戦略に位置づけしている、とのご挨拶がありました。

主催者の大塚製薬株式会社大脇部長のご挨拶に続き、講演では「健康社長企業における生活習慣改善取組事例」として株式会社日研代表取締役 岩熊 豊氏からミドルリスク対象者に対する生活習慣改善アクションプランの実施結果報告がありました。

健康経営は何をしたらいいのかわからない、効果がわかりにくいとの声がある中で株式会社日研様ではカンケンキョウ、大塚製薬の協力により、生活習慣病の改善のコツとして



①咀嚼 30 回、②食物繊維を摂る、③しっかり歩数 4000 歩というシンプルで継続しやすい取り組みを 1 か月間実施したところ、12 名中 8 名に効果が出ると結果となりました。



どんな取り組みも継続が大切ですが従業員のモチベーションアップのために岩熊社長自らも参加し、励まし、応援されたことも大きな要因だったと思われます。コミュニケーション促進にも大いに役立ったとの報告がありました。

続いて、淀屋橋健康増進センター 理事長 伊藤健司 氏から生活習慣実践のコツとして特に有



酸素性運動であるしっかり歩行について解説がありました。ただ歩くだけでは運動になっていないので 1 分間に 60 歩以上の速度で 10 分以上継続して歩くことで「しっかり歩行」になる、加えて食事との相乗効果で生活習慣病の改善に効果があるとのことでした。

会場では東大阪市内の企業をはじめとして健康経営をサポートする立場の企業からも参加があり、講演後の交流会では双方のビジネスマッチングにつながっていました。

カンケンキョウと大塚製薬では今後も継続的に東大阪市において「健康社長」を増やすと共に中小企業の健康経営推進のために継続的にセミナー

を続けることで東大阪をもっと元気に、もっと儲かる街になるためのお手伝いをしたいと考えております。(次回開催予定:2021年6月18日14時～)

社長、“会社”の健康づくり はじめませんか？

いまや、社員の健康管理は会社の大切なミッション。
とはいえ、その責任をひとりで抱え、解決するのはとても大変なことです。
そこで、同じ悩みを抱える多くの人と課題を共有しながら、
企業と社員の健康づくりを実践していける場所「健康社長」をつくりました。

無料



健康社長

<https://www.kenko-shacho.com/>



関西・健康経営推進協議会



Otsuka 大塚製薬

【発行】 関西・健康経営推進協議会(大阪市福島区海老江 2-6-17 淀屋橋健康増進センター内)

【問合せ先】 関西・健康経営推進協議会 代表 西口泰 Tel 090-8230-1870