

参加費
無料

経営者・総務担当・健康づくり担当者向け

これから始まる

健康経営 セミナー

北中城村商工会
中城村商工会
合同セミナー

職場でできる簡単、健康エクササイズ

「健康経営」とは、従業員の健康を企業の重要な資産と捉え、経営の視点で戦略的に取り組むことです。従業員への健康投資は、活力や生産性の向上につながり、結果的に企業の業績向上も期待できます。中城村商工会では、健康経営の推進団体として宣言し、会員の皆さまを対象に健康経営セミナーを開催します。健康経営に関心はあるけれど、具体的に何から始めればよいか分からない事業所の方も、ぜひお気軽にご参加ください！

日時

11月17日 月 14:00-16:00

同時開催：健康機器測定会



会場

吉の浦会館 中会議室
(中城村安里187-1)

講師



株式会社ホウゴ
玉城 和弥 氏

理学療法士として肩関節を専門とする整形外科に8年間勤務。スポーツチームのトレーナーや養成校講師としても活動し、ケガ予防や健康維持の啓発に積極的に取り組む。2020年に健康経営アドバイザーを取得後、HOUGOに入職。県内企業の健康経営推進や県民の健康寿命延伸に携わる。

セミナー内容

【第1部】これから始める健康経営～沖縄県の動向と優良事例紹介～

健康経営に取り組むことで、従業員の健康増進はもちろん、最近では大学講義でも健康経営を学ぶ機会が設けられ、若手人材の獲得・企業イメージ向上にも大きく影響しています。県内企業に求められる健康経営の方法と一緒に学びましょう！

【第2部】職場でできる簡単、健康エクササイズ

車社会の沖縄は全国的に見ても運動不足が多い地域です。運動には、時間もお金もかけずに健康になれる“コツ”があります。いつでも、どこでも、誰でもできるエクササイズを、楽しみながら学びましょう！

健康機器測定体験

血管年齢・体組成測定器をご用意しています。全身の筋肉量や体脂肪率が分かる体組成測定や血管年齢測定が体験できます。自分の身体を知ることによって健康への意識が変わりやすくなります。

申込締切：11月13日（木）

健康経営セミナー 申込書

FAX.098-895-2166

事業所名		お電話	
参加者名 ①			
参加者名 ②			

お問い合わせ 中城村商工会（担当：藏盛） TEL:098-895-2136