

# 保険事務担当者打合会 & 健康推進会議

【開催日時】 2024年3月4～15日

【開催会場】 八戸、盛岡、北上、仙台、いわき

健康推進会議では、健康経営及び健康づくりに関する情報提供と健康管理担当者様による事例発表、意見交換を実施しました。

88社99名の皆様にご参加いただきました

## 健康づくりの取り組み 事例紹介



盛岡会場では株式会社タカヤ様にご発表いただきました

健康経営優良法人に認定され、健康づくりに取り組まれている盛岡市の株式会社タカヤ様、仙台市の中城建設株式会社様の事例をご紹介させていただきました。歩活やラジオ体操の推進、食事補助の導入などを通し、社内のコミュニケーションの活性化につながっている様子が窺えました。参考になる事例をありがとうございました。

## 意見交換

今回は**運動の取り組み**について、意見交換をしました。意見交換ではグループごとに、健康課題（有所見率、社員の高齢化、運動不足、喫煙率等）を共有し、活発に情報交換をされていました。また、**体力チェック体験**を行い、体力年齢を確認することで、皆様の運動への取り組み意欲が高まっていたようです。



(参加者様より)

「普段運動することがないので、この機会に体験でき、身体を動かすのはいいなと実感しました」  
「転倒予防の観点からも、職場で社員の体力チェックを試してみようと思いました」



©宮城県・旭プロダクション



会場では、「いきいき健康体操」や「ベジチェック」の体験も実施

いきいき健康体操でリフレッシュ

ベジチェックで食事の振り返り



皆様の事業所でもぜひご活用ください♪