

従業員が**元気**だと
会社も**元気**!

オンラインセミナー

「何をして良いか分からない」
「取り組みが継続できない」を解消!

健康経営® 〈実践〉セミナー

「健康経営優良法人2023」
認定に向けてポイント解説付き!

継続、実践のための事例をご紹介します

長野県内で、会社ぐるみで健康づくりに取り組んでいる企業の
事例発表も参考に、強く元気な企業で前進していきましょう!



2022年

7月28日(木)
8月2日(火)

各回13:00~14:30
オンラインセミナー【Zoom】
定員 各回100名

※両日同じセミナー内容です

要事前予約

参加無料

1

13:05~13:15

長野県内における
働き盛り世代の健康課題

講師 長野県健康福祉部健康増進課課長補佐 井澤 紀子氏

2

13:15~13:30

誰でもどこでもカンタンにできる健康づくり!
~3ヶ月で15kg減?! 事例からわかるカンタンな実践方法~

講師 (一社)サキベジ推進協議会 代表理事 小山 秀一氏

14:00~14:05

「働き盛り世代の『健康づくりチャレンジ大作戦』
グランプリ 2022」エントリー説明

3

13:30~14:00

企業の取り組み事例発表

「みんながHAPPY」マブチ健康防衛隊

株式会社マブチエスアンドティー 一ノ瀬 千穂氏

『小さな一歩のきっかけを…

~社員の健康は会社の宝~』

石井瓦工業株式会社 石井 瞳氏

4

14:05~14:30

「健康経営優良法人2023(中小規模法人部門)」
認定に向けてポイント解説

講師 全国健康保険協会長野支部 グループ長 田邊 剛一氏

セミナーのお申込は
こちらから▶



主催/長野県、(株)アスク tel.026-244-1931

株アスクは「2022年度信州ACEプロジェクト普及発信事業委託業務」を受託しています



健康づくり県民運動
信州ACEプロジェクト

信州ACE(エース)プロジェクトは脳卒中等の生活習慣病予防に効果のあるAction(体を動かす) Check(健診を受ける) Eat(健康に食べる)に取り組む県民運動の名称です。

マイACE
投稿キャンペーン
10月に開催予定!

信州ACEプロジェクトのアカウントを
フォローして情報
を待ちましょう!



受講後、ご希望の企業様に
内臓脂肪レベル
等がわかる
体組成計測定
無料貸出
いたします!
(北信地域企業様限定)