

## 「あなたの会社はスタッフの健康づくりに本気ですか？」

今年度広島青年会議所では、健康経営や社員の健康増進に関心の高い経営者や、社員を対象に、企業での健康増進を進める「健康増進プロモーター」を養成する事業を実施します。

かつては、健康管理は個人の責任と捉えられていましたが、近年は企業による経営と従業員の健康管理の両立を目指す健康経営が注目されています。健康寿命の延伸の一環として国をあげて取り組みを推進しています。しかし企業での内情は定期検診受診率を上げる程度にとどまり、従業員一人ひとりの行動の改善につながるような取り組みを行えている企業はあまりありません。

そこで、3回の集合事業日で運動を起点に、健康づくりの習慣化にむけて参加者に体験を通じて実感を持ち、企業にかえってプロモーターとして活躍してもらいます。健康づくりの具体的な取り組み事例として企業で活用できる内容として進めます。運動というと、面倒・大変そうというイメージが先行しがちですが、強度は様々です。簡単にできるものも数多くあります。全然運動をしないことよりも、少しの時間でも運動することを習慣につなげることで、健康づくりができることを参加者に実感してもらいます。

その実感を持って、企業内での健康増進プロモーターとして活躍し、広島市民の健康増進を図りたいと考えます。

ご興味、ご賛同いただけましたら事業へご参加お願い申し上げます。

一般社団法人広島青年会議所  
2022年度 活力溢れる人材創出委員会  
委員長 越智 基匡