

経営者・健康経営をお考えの方へ

今、従業員の  
健康管理に  
力を入れる企業が  
増えています！

相澤病院の健康講座で

# 健康経営を はじめませんか？

## 「健康経営」に期待される効果

健康経営施策が生み出す3つの相乗効果によって「業績の向上」「持続的な成長」へつながるといわれています。

従業員の  
健康増進

組織の  
活性化

企業価値の  
向上

健康経営で最初に取り組むべきは  
「従業員の健康意識を変える」こと！

## 相澤病院の 企業向け健康講座

医師や看護師など専門の医療スタッフが貴社にお伺いして  
従業員の健康意識向上に役立つセミナーを行います。

講師派遣  
無料



### おすすめするポイント

講師が医療の専門家だから  
情報の信頼性が高い

医療現場で働く専門家から、  
信頼性の高い医療や健康づくり  
に役立つ知識を学べます。

各分野の専門家がいるから  
幅広いテーマが可能

幅広い診療科や職種の専門家が  
講師を務めるため、貴社のニーズ  
に合わせた講座が開催できます。

手間も費用もかからないから  
気軽に開催できる

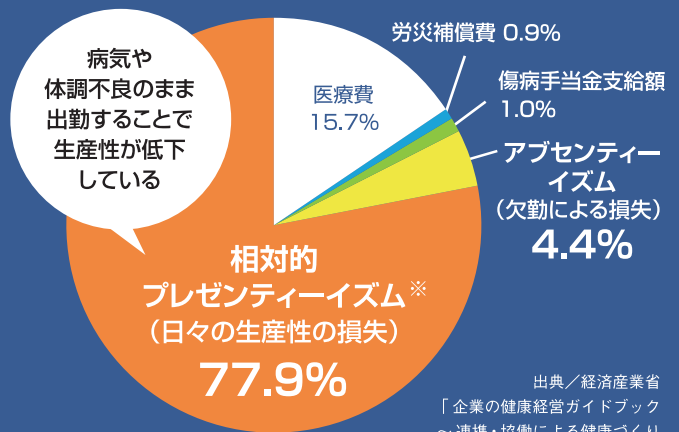
講師の講演料や交通費はかかり  
ません。会場を用意してお申し  
込みいただくだけで、講師を手配  
できます。

## 従業員の健康と向き合う

# 「健康経営」が 欠かせない時代に

超少子高齢社会を迎え、就労世代の人口が減少する中、企業の将来を担う人材の確保は、多くの業界が悩みを抱える重要な課題です。また、既に雇用している優秀な人材の中にも、病気や業務災害、職業病、ストレスや過労、親の介護などによって生産性の低下や、休職や離職が生じるリスクを常に抱えています。投資家やメディアも注目し、社会的な関心がますます高まる「健康経営」。企業は今、従業員の健康管理や働き方について対策を求められており、企業が生き残るために「いかに従業員の健康と向き合うのか」が問われる時代となっているのです。

## 企業の健康関連総コストの割合

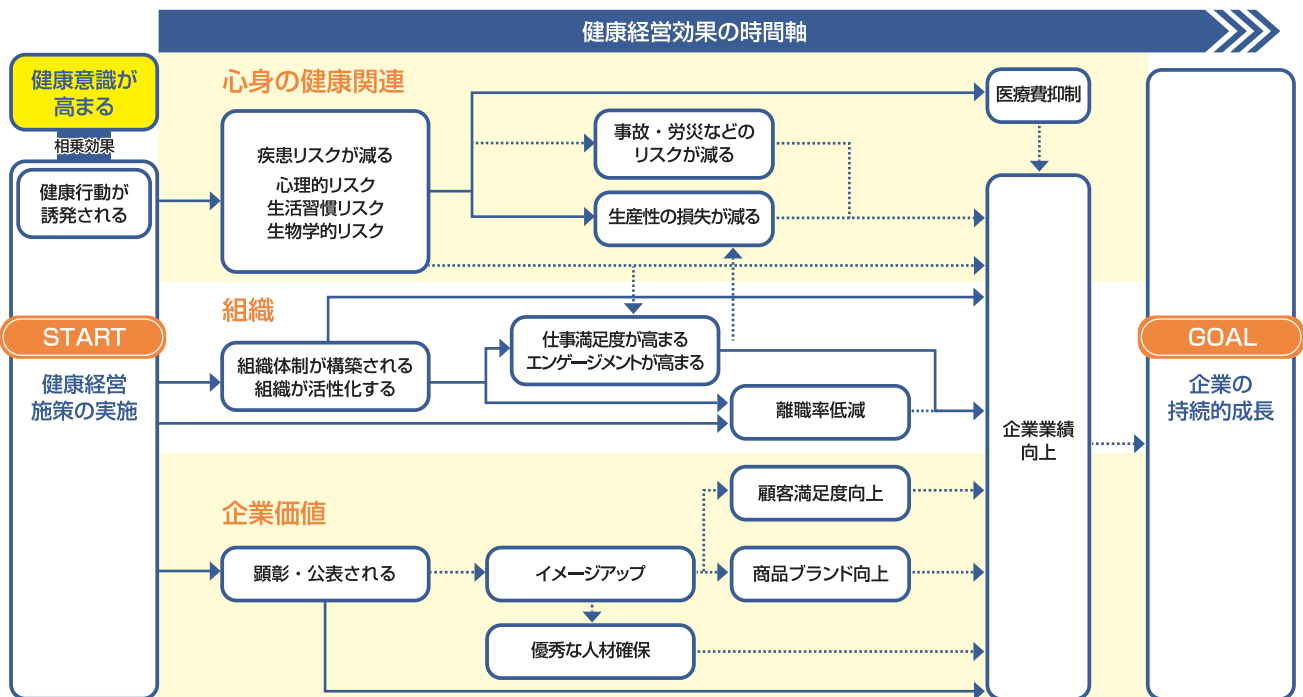


※プレゼンティーズムとは、病気や体調不良などで仕事に集中できない状態にも関わらず出勤し、生産性に損失を与える状態を指す。他のコストに比べても特に企業の生産性に大きな影響を与えていることが分かる。

## 「健康経営」が企業の価値を高め 企業の持続的な 成長につながる

従業員の健康管理・増進に取り組む「健康経営」は、企業内コミュニケーションの活性化とも深く関わっており、企業価値を高めることにつながっています。さらに、「健康経営」によって企業の業績や成長にも良い効果をもたらされるため、多くの企業で「健康経営」の取り組みが始まっています。

### 健康経営の効果フロー



# 相澤病院の健康講座で 「健康経営」を 始めましょう

自社の業績向上を図り、競争力をつけるためにも「健康経営」を早めにスタートさせることが重要です。医療の専門家が講師を務める「相澤病院の健康講座」であれば、費用もかけずに気軽に始められるため、従業員の健康意識を変える「健康経営の第一歩」として最適です。

## 開催実績

実施した企業からも  
ご好評いただいています！

### 実施企業

南信ヤクルト販売株式会社（松本市）  
VAIO株式会社（安曇野市）  
岡谷・下諏訪地区安全衛生委員会（岡谷市・下諏訪町）等

### 主催者の声

「企業の原点は社員の健康」。働き方改革を社員の健康を守ることから進める貴重な機会を得ることができました。

株式会社テレビ松本ケーブルビジョン 代表取締役社長 佐藤浩市 氏  
限りある予算で実のある研修を実施する事は至難ですが、無料で専門家の方から各社の実務に直結する講演を頂き、大変感謝しております。  
岡谷社会保険委員会 元会長 佐伯克己 氏



## 従業員の健康を守り、生産性の低下を防ぐ 働く世代へおすすめのテーマ

がん、心臓病などの病気、生活習慣病、業務災害や職業病、ストレス、過労、介護など、働く世代が抱える様々なリスクに対応したテーマをご用意しています。この他、リクエストに沿った内容でも対応できますので、お気軽にご相談ください。



死因第1位 働く世代にも多い

### がんの予防と治療



- 非喫煙者も危ない「肺がん」
- 日本人に多い「胃がんと大腸がん」
- 若い女性に増えている「乳がん」
- がん医療の過去・現在・未来

健康を日常生活から見直す

### 生活習慣病予防



- 健康な血管を保つための運動
- 自分でできる！血圧管理
- メタボを改善する食事
- お答えしましょう！糖尿病

病気を早期発見するために

### 人間ドック 健康診断



- 健康診断でわかること、わからないこと
- 自分にあったがんの見つけ方
- 卒煙のコツと受動喫煙対策
- 今からはじめる「乳がん」検診

仕事での急なケガや病気に備える

### 救急医療



- 脳卒中の基礎知識
- 緊急事態ですべきこと！AEDと救命措置

痛みによる生産性低下を防ぐ

### 業務災害と職業病



- 腰痛と肩こり解消のエクササイズ
- 職場で起こるケガの予防と初期対応

従業員の心の健康を保つ

### メンタルヘルス



- 点検しましょう、こころの健康
- 感情労働とメンタルヘルス

急増中の介護離職を防ぐ

### 仕事と介護の両立



- これで安心！介護保険制度と在宅介護
- 知ればわかる！認知症とのつきあい方

# 健康講座 開催までの流れ

企業向け健康講座は、FAX、ウェブサイトから簡単にお申し込みいただけます。会場や参加人数を問わず開催できますので、ぜひお気軽にお申し込みください。

～2ヶ月まで

～1ヶ月前まで

当日

## STEP1 お申し込み

開催希望日の2ヶ月前の10日までに「出前講座申込みフォーム(Web)」または下記の「開催申込書」でお申し込みください。

ウェブサイトからも簡単にお申し込みいただけます

相澤病院 出前講座



## STEP2 調整・お打ち合わせ

お申し込みいただいた内容をもとに当院の担当者がスケジュールを調整し講師の派遣についてご案内します。また主催者様との打ち合わせを通じて、ご希望に応じた最適な講座をご提案します。

※診療などの都合により、ご希望の日程でお引き受けできない場合があります。

## STEP3 講座開催

講師がお約束の日時に貴社(会場)へお伺いします。また必要に応じて当院のスタッフが同行しますので、準備や運営をスムーズに行うことができます。講座開催後は、「健康経営」のPRとして貴社ウェブサイトやSNSなどで情報発信が可能です。

# 相澤病院 企業向け健康講座 開催申込書

以下に必要事項をご記入いただき、お申し込みください。 **FAX 0263-32-6763** 相澤病院 広報企画室「出前講座」係 行

|   |  |   |
|---|--|---|
| ご担当者<br>(お申し込みの方)   | ふりがな：  | ご所属：  |
|   | お名前：   | お役職：  |
|   | ご住所： 〒      -  |   |
|   | TEL：      -      -   | FAX：      -      -  |
| 貴社名   | 催事名  |   |
| テーマ   |  |   |
| 希望日時<br>(開始時間)  | 第1候補      年      月      日 (      )      :      ~<br>第2候補      年      月      日 (      )      :      ~<br>第3候補      年      月      日 (      )      :      ~ | ※お申し込みは開催月6ヶ月前の11日～2ヶ月前の10日までとなります。この期間以外でご検討中の場合は、お電話にてご相談ください。<br>※講座は60分が基本となっております。 |
| 対象者   | 参加者数   |   |
| 会場  | 会場名：   | 所在地：  |
|   | 設 備： プロジェクターとスクリーン      あり (ありの場合PC接続端子：VGA・HDMI)      ・      なし   |   |
| ご要望   |  |   |
| <p>&lt;目的と主催者義務への同意&gt; お申し込み日のご記入と下記にチェックをお願いします。</p> <p><input type="checkbox"/> 本件は参加者に対する健康増進の啓発のみが目的であり、以下の項目には該当しません。</p> <p>●参加者から費用を徴収      ●販売促進、そのための研修      ●医療介護従事者や保険会社などのサービス向上に関する研修</p> <p><input type="checkbox"/> 講師派遣以外の会場設備の準備・調整等は主催団体で行います。</p> <p>本票ご記入により、本講座の目的と主催者義務をご承諾いただいたものとします。      20      年      月      日</p> |  |   |

※お申し込み時点では、講座開催は確約されていません。本日より(休業の場合は翌営業日)より1ヶ月以内に、講座開催の可否をご連絡します。

お問い合わせ 相澤病院 広報企画室 (担当：山崎) TEL.0263-33-8600 (平日9:00～17:00)