

～ 社員も会社も元気にする ～

オリジナル福利厚生プログラムで健康経営®をサポート！ 特別セミナーで「健康経営®」の秘訣、教えます

リソルグループの福利厚生サービスは、“健康・絆・いきがい・くつろぎ”をテーマとしたオリジナル企画を中心に100種類以上の福利厚生プログラムで企業の健康経営®を応援しています。

オリジナル企画の中心メニューは、当社グループの核となる「リソル生命の森」(千葉県)で生み出され、常駐する10の専門家がハード・ソフトの両面で健康づくりのサポートを行います。中でも、緑豊かな自然の中で、健康な生活習慣をストレスなく学べる「スマート・ライフ・ステイ」(宿泊型新保健指導)は生活習慣病の予防や健康意識の向上の機会として、また、チームビルディング研修は社員同士の強固な信頼関係構築の機会として大変注目されています。

企業や団体の健康経営®を支援する当グループのリソルライフサポート株式会社では、前出オリジナル企画を活用して社員のモチベーションを向上させ、企業の活力へとつながる「キャリア継続支援型」福利厚生をかかげ、特別セミナーを2016年11月16日(水)に開催します。

■特別セミナー 企業が変わる！新しい「健康経営®」

- ・日時：2016年11月16日(水) 13:30～16:30 ・対象：経営層、人事・労務ご担当者、健康保険組合ご担当者
- ・会場：浜離宮ガーデンカンファレンス(東京都中央区築地5-6-4 浜離宮三井ビルディング2F) ・定員：156名

①【講演】コラボヘルスで進める健康経営

コニカミノルタ(株)人事部健康管理グループリーダー兼コニカミノルタ健康保険組合常務理事 鈴木 朗氏

②【講演】1日8000歩・速歩き20分で長寿遺伝子のスイッチON!

東京都健康長寿医療センター研究所 副部長 青柳 幸利氏

③【パネルディスカッション】社員も会社も元気にする、本当の健康経営とは

■オリジナルプログラム例

- *スマート・ライフ・ステイ(メタボ改善・血糖値改善プラン)
- *メディカル・チェック(個人毎に最適な健康プログラム提供)
- *ダイエット・体質改善(楽しく実効性あるプログラム)
- *オフィスdeフィットネス(会社で仲間と身体を動かす)
- *スポーツレッスン *仲間と一緒に体力測定&健康づくり
- *チームビルディング *研修・会議・合宿プログラム
- *女子会ステイ *農業体験 *親子交流ステイ 他

■背景

企業が従業員の健康保持・増進に積極的に取り組むことが医療費適正化や業績・イメージの向上に寄与するという「健康経営®」が注目されています。また、人材の確保が困難な時代となり、社員一人ひとりが「欠くことのできない存在」になっており、健康面や出産・育児や介護等で仕事と生活の両立を諦めることなく、元気に働き続けられる環境づくりが今求められています。

■リソル生命の森について

都心から約75分の千葉県の中央「中房総」に広がる東京ドーム約70個分に相当する総面積100万坪もの広大な敷地に、各種スポーツ施設・クリニックを併設した厚生労働大臣認定健康増進施設、ゴルフ場、宿泊施設、研修施設を備えた多世代交流型リゾートコミュニティ。

| ■「スマート・ライフ・ステイ」プログラム概要 | |
|------------------------|---|
| 1日目 | 目的 <ul style="list-style-type: none"> ● 今の自分を知る ● 「座学」と「実践」で学ぶ 食事・運動・睡眠の大切さ メディカルチェック/昼食(食事量チェック)/食事講義/運動講義・体力測定/生活習慣病講義 |
| 2日目 | 目的 <ul style="list-style-type: none"> ● 実践後、生活習慣の改善目標を個々に立案する ● 未来の自分を想像する 森林浴ウォーキング/朝食(適切な栄養・カロリー)/メディカルチェック・体力測定結果レビュー/立ち方・歩き方レクチャー/ランチハイキング(適正量実技)/今後の目標設定 |