

従業員の健康は
企業のチカラ！



できることから
始めてみませんか？

～ 職場の健康づくり応援事業 ～

【事業内容】

社員の生活習慣改善をサポートしている管理栄養士（食と栄養の専門家）が健康施策を実施します

1. セミナー

【内容】
食事、運動、睡眠に
関する健康セミナー、
ウェビナー開催
(アーカイブ配信あり)

【目的】
健康リテラシーを高め、
健康的な日常生活の
実践を促す



(例)
・社内研修内での
食育セミナー
(夜勤中・夜勤明け
の食事について)

2. 情報・教育

【内容】
健康情報、健康教育
の提供



【目的】
健康リテラシーを高め、
健康的な日常生活の
実践を促す



(例)
・メールマガジン配信
・動画配信
・24時間勤務者向け
リーフレット配布
・事務所掲示用

3. 相談窓口

【内容】
オンライン栄養相談
窓口の設置



【目的】
日常生活の中での
食事や栄養に関する
疑問や悩みを解決する



(例)
・食事の写真送付で
管理栄養士より
アドバイス



4. イベント

【内容】
健康イベントの開催



【目的】
社員が楽しみながら参加
でき、健康的な生活への
意識を高める、職場の
コミュニケーションや
従業員エンゲージメント
を向上する

(例)
・体験型健康教室
・アプリを用いた
ウォークラリー



5. 若年層向け

【内容】
若年層（40歳未満）
向け保健指導の実施
(コラボヘルス※)
※ 事業主と健康保険組合が
連携して従業員の健康づくり
を推進する取り組み

【目的】
健康リテラシー向上、
生活習慣の見直し、
行動変容により、健康
維持・増進、特定保健
指導の新規流入防止、
将来的な医療費の増加
を抑制する

(例)
・WEB面談+3ヶ月
継続支援の実施



健康維持、増進に向けた行動変容

働く人の心身の調和と活力の向上

高い業務パフォーマンス・プライベートの充実

プレゼンティーズム※1の改善

(※1 健康問題による出勤時の生産性の低下)

アブゼンティーズム※2の改善

(※2 健康問題による欠勤)

ワークエンゲージメントの向上：仕事に対してポジティブで充実している状態

活力：仕事をすると活力が湧いてくる **没頭**：仕事をしているとつい時間を忘れる **熱意**：自分の仕事に誇りを感じる

▼お問い合わせはこちら▼



セコム医療システム株式会社 健康サービス部

☎ 03-3357-8930 (平日9～18時)

〒151-0051

東京都渋谷区千駄ヶ谷5-17-14 MSD20ビル4階

e-mail : healthup@secom.co.jp