

従業員の心を動かす

# 健康情報を提供します

企業、医療、自治体など様々な団体に対応  
こんなご要望にお応えします！

- ✓ 従業員の健康意識を向上させたい
- ✓ 健康経営に取り組みたい
- ✓ 健康無関心層へアプローチしたい
- ✓ メンタルヘルス対策の一環に取り入れたい



講師・資料作成は**保健師・管理栄養士・健康運動指導士などの有資格者**が担当します。

「参加者に『健康』を考えるきっかけにしたい」という思いを込めて  
「わかりやすく、伝わりやすい」情報提供を心がけています。

## 勤務形態や目的に合わせて選べる実施方法

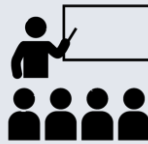
交替勤務、在宅ワーク、遠隔拠点の従業員へも対応

おかげ様で  
多くのリピーター様に  
ご依頼いただいています

## 講演

### 講師派遣型

会場に講師を派遣して実施  
グループワークなども盛り込み  
より実践的な内容に



### オンライン型 (ライブ配信・オンデマンド配信)

Web会議システムを利用して実施  
リアルタイムのライブ版と  
録画データを視聴するオンデマンド版が  
あります



## 動画研修

必要な情報を短時間の動画に凝縮  
お好きな時間に何度でも視聴できます



## 健康リーフレット

健康情報を掲載したリーフレット  
社内報に同封したり、イントラネットで  
配信するなど活用法はさまざまです



ご相談・お見積りは無料です  
まずは、お気軽にご相談ください

詳細は  
裏面を  
ご覧ください  
(お問合せフォーム記載)

- 定番から話題性の高いテーマまで豊富なメニューをご用意。詳細内容はご要望に合わせて対応いたします。
- 時期によってはご希望の日程がとりにくい場合がございます。実施希望日の**2カ月前までのご予約**をお願いします。

下記以外のメニューは  
ホームページをご覧ください

健康教育 聖隷

検索

## MENU (一部抜粋)

### ストレス・メンタルヘルス

講師：保健師または看護師

- セルフケア（自分自身で行うメンタルヘルスカケア）
- ラインケア（管理監督者が行うメンタルヘルスカケア）
- ハラスメント
- 職場環境改善の進め方（ストレスチェック実施後の職場環境改善の具体的な進め方）

新入社員の  
メンタルヘルス  
研修にも活用

<https://www.seirei.or.jp/hoken/industrial-health/lecture/>

### 運動

講師：健康運動指導士

- 腰痛・肩こり解消でリラックス
- 職場でできる簡単な運動
- VDT症候群予防 など

講師と楽しく  
運動  
参加型研修

### 生活習慣病予防

講師：保健師または看護師

- 健診結果の見方・活かし方
- さまざまな疾病 基礎知識と予防 など

健診診断結果を  
受け取る時期が  
おススメ

### 栄養・食事

講師：管理栄養士

- 働く人の栄養学
- 女性のための栄養学
- シニア世代のための栄養学 など

手間をかけずに  
栄養バランスを  
整えるアドバイス

### 女性の健康・禁煙など

講師：保健師または看護師

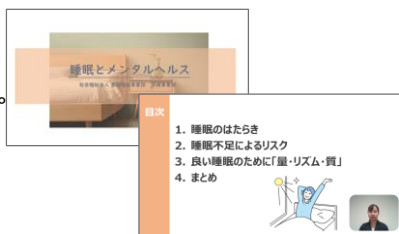
- 女性の健康
- これからはじめる禁煙
- 睡眠リズムと質について

健康経営  
優良法人の  
申請にも活用

## 動画研修

画面イメージ

必要な情報を  
短時間にまとめました。  
職場会や朝礼でも  
視聴いただけます。



## 健康リーフレット

原稿イメージ

「運動」「食事」  
「生活習慣病予防」  
「女性の健康」など  
各種内容を取り揃えて  
います。



## 料金 (税込)

健康講演（講師派遣型・オンライン）（講師 1名 90分まで）

- 一般向け : 71,500円～
- 管理監督者向け : 88,000円～
- 講師派遣料（講師派遣型） : 3,300円～
- 録画データ提供料(オンライン型) : 11,000円
- 別途、交通費や延長料金等が発生する場合があります。

動画研修

- 20分まで : 44,000円～66,000円
- 10分まで : 22,000円～33,000円

健康リーフレット

- 1種類につき（A4サイズ） : 11,000円

## お問合せ・ご予約

社会福祉法人 聖隷福祉事業団 保健事業部

営業契約課 TEL. 053-477-0587

受付時間：月～金曜日 9時～16時（祝日除く）

email : hoken-eigyoku@sis.seirei.or.jp

▼WEBでのお問合せ・ご予約はこちらから

<https://req.qubo.jp/keieikanri/form/kenkokoyoiku>



必要事項入力後、送信ください。  
担当よりご連絡いたします。

