

事業報告書 予防局健康増進部 「企業向け健康経営セミナー」

事業名称	企業向け健康経営セミナー (志太消防本部)	開催日	2024年9月13日
開催場所	志太消防本部 藤枝消防署	開催時間	9:30~11:00
参加者	一般参加：100名（対面38名、オンライン62名）		

【活動内容】

志太消防本部（藤枝消防署）と関連5分署に勤務する40歳以上の消防職員100名を対象に、「企業向け健康経営セミナー」を開催しました。

事前アンケートより参加者の皆様が、肩こりや腰痛などの健康問題を抱えていることが分かり、その予防方法について講義しました。実技では、各々の身体について知っていただくために身体の柔軟性をチェックし、柔軟性の乏しい部分に対し、業務内外で実施可能なストレッチ・筋力強化方法を指導しました。今回のセミナーが、日々の身体ケアの取り組みを再確認する良い機会となっていれば嬉しいです。

今後も健康増進部では、県内の企業や事業所向けに「企業向け健康経営セミナー」を展開できるように活動を継続していきます。

【活動風景】



* 写真の撮影・掲載の許可を頂いております。