

# 企業のための健康経営セミナー



健康こそが収益性の高い会社をつくる!  
健康から企業経営の成長を考えてみませんか?

全6回  
シリーズ

経営者の健康は、企業の経営基盤であり、従業員の健康の維持・増進が企業の生産性や収益性の向上につながるという考え方に立ち、健康管理を戦略的に実践することが企業経営に重要とされる健康経営が注力されています。本セミナーでは、6回シリーズで各分野の専門家による「食・心・体」をキーワードに健康管理についてのセミナーを開催し経営力向上の支援を致します。

日時 7月26日(水) 18:30~20:30

場所 クッキングスクールネモト ひたちなか市堀口 181-7

先着 25名

参加費 1,000 円/人

★健康弁当付き  
(根本悦子先生監修)

## 第1弾

18:30~19:30



### 「食と健康～美容・食育に 役立つ基礎知識」

講師：(株)クッキングスクールネモト  
代表取締役 根本 悦子 氏



東日本料理学校協会理事・茨城県食文化協会会長・茨城県健康教育指導者  
臨床栄養学士・食文学・調理技術、専門分野は食育（特に食生活と健康について  
各大学・自治体・病院・企業で講演、健康指導を実施）  
著作物等の執筆や新聞各社掲載、NHK・TBS他メディアに多数出演

## 第2弾

19:30~20:30



### 「生活習慣病の予防について」 (糖尿病・高血圧・コレステロール・痛風など)

講師：グルコピアひたちなか  
院長 小俣 勝哉 氏



2000年 筑波大学卒  
2006年 水戸済生会総合病院 代謝内分泌内科主任部長  
2016年4月 グルコピアひたちなか 開院  
診療科目：内科・糖尿病内科・内分泌内科（甲状腺疾患）  
認定内科医・糖尿病学会専門医・内分泌代謝科専門医

主催 ひたちなか商工会議所 生活・文化サービス業部会

問合せ ひたちなか商工会議所 事業推進課 ひたちなか市勝田中央 14-8

TEL：029-273-1371 / FAX：029-275-2666

### ★9月開催予定

#### 第3・4弾

**心** 「笑顔で対話!～第一印象で信頼と安心UPセミナー～」

講師:印象エキスパート(株)  
代表取締役 柳沼 佐千子 氏

**体** 「職場でできるストレッチ～オフィスdeフィットネス～」

講師:アシストスポーツクラブ  
インストラクター 竹内 愛子 氏



### ★11月開催予定

#### 第5・6弾

**食** 「カラダの中からキレイになる料理と食事法」

講師:(株)クッキングスクールネモト  
代表取締役 根本 悦子 氏

**心** 「ストレスを溜めないコミュニケーション術」

講師:(一社)日本アンガーマネジメント協会  
小林 悟 氏



7月26日開催「企業のための健康経営セミナー 第1・2弾」 受講申込書

FAX 029-275-2666

ひたちなか商工会議所 事業推進課 行

平成29年 月 日

事業所名		所在地	
T E L		F A X	
受講者 1		受講者 2	

※お申し込みは、1事業所2名様までお申し込みいただけます。

※ご記入いただいた個人情報は、セミナー運営以外の目的で使用することはありません。