

2023年10月6日

ウェルネス・コミュニケーションズ株式会社

人事・労務・産業保健職担当者向けセミナー～従業員の生産性向上で人的資本経営へ～
みんなの健康支援チーム 2023 beginning を11月10日（金）に開催

～睡眠・栄養・運動の3テーマを通して、従業員の生産性向上から人的資本経営に繋げる～



ウェルネス・コミュニケーションズ株式会社（本社：東京都港区、代表取締役社長：松田 泰秀、以下：ウェルネス・コミュニケーションズ）は、人的資本経営および従業員の生産性向上のために基盤となる睡眠・栄養・運動に着目し、人事・労務・産業保健担当者向けに、会場とオンライン配信の両方で参加ができるハイブリッドセミナーを2023年11月10日（金）に開催する運びとなりました。

ウェルネス・コミュニケーションズでは、2016年に女性の健康を支援するための「女性の健康支援チーム」を発足し、約7年間、女性の疾患や悩みに特化した活動を続けてまいりました。多様性の時代において、新しい健康社会の実現に向け、「みんなの健康支援チーム」にリニューアルし、今まで培ってきた「女性の健康支援」活動の経験を活かし、すべての方の健康を支援する活動を展開してまいります。

セミナーや各テーマの詳細につきましては、下記内容をご確認ください。

【セミナー概要】

～従業員の生産性向上で人的資本経営へ～ 「みんなの健康支援チーム 2023 beginning」

睡眠・栄養・運動の3テーマを通して、従業員の生産性向上から人的資本経営に繋げるセミナーを、会場・オンライン配信で同時開催

- 日時 2023年11月10日(金) 10:00~16:00
- 対象 人事・労務・産業保健担当者
- 参加費 無料
- 各テーマ定員 会場(100名)、Zoom オンライン(200名)
- 会場 アットビジネスセンターサテライト赤坂見附
<https://abc-kaigishitsu.com/akasakamitsuke/access.html>
 - ・東京メトロ 銀座線・丸の内線「赤坂見附」徒歩4分
 - ・東京メトロ 有楽町線・半蔵門線・南北線「永田町駅」徒歩5分※ご来場いただいた方にはノベルティをプレゼントします。

■申込方法

セミナー参加を希望される方は下記よりお申込みください。

<https://www.pluswellness.com/forms/enquete/?c=bd3986a8720c587af06ef16409b02b3a>

【プログラムおよび登壇者】

■10:00~11:15

テーマ1 睡眠：「効果的な睡眠で仕事力向上～あなたが考える睡眠とリアルな睡眠～」

日本は世界で最も睡眠時間が短く、5人に1人以上が睡眠に課題を抱える睡眠負債大国です。睡眠は、集中力や生産性、記憶や技術の定着、感情の抑制などに大きく影響することがわかっており、その機会を逸しているともいえます。一方で、世間でよく知られている睡眠に対する理解は、必ずしも正しいものばかりともいえません。本セッションでは、睡眠が与える影響と実態を元に、睡眠改善を通じた仕事力向上のヒントをご紹介します。

登壇者：株式会社 ACCELStars 飯田 悠祐 様

ご経歴：アクセンチュア株式会社にてコンサルタントとして従事したのち、複数社で新規事業開発、プロダクトマネジメントに従事。2021年12月より参画し、2022年4月より現職。

■13:30~14:30

テーマ2 栄養：「朝食改革でパフォーマンスアップ」

働き盛りの20~30代を中心に、朝食欠食率が高い傾向があるといわれており、「朝食の内容が日中のパフォーマンスに与える影響」「朝食の振り返り」等を通じ、ご自身の朝食を明日からどのように改革するかを考えていきます。

登壇者：株式会社 明治 小峰 佑美 様

ご経歴：2017年4月株式会社 明治に入社。管理栄養士の資格を活かして、現在は広報部でコンテンツ制作・ホームページ制作・食育セミナー講師を行っている。

■15:00~16:00

テーマ3 運動：「運動で解決！ストレス管理と不調改善」

ストレス管理と不調改善は、運動で改善できると考えられております。前半では「血行不良は不調の元」であることを、歪みをもたらす健康への影響および姿勢改善を、後半では有酸素運動がいかにストレス管理と未病対策にメリットがあるかを学んでいただきます。

登壇者：株式会社 RUMERAKIA 田中 咲百合 様（企画：株式会社東急スポーツオアシス）

ご経歴：三笠書房『体型と体調がみるみるよくなる魔法の美トレ』著者であり、健康経営®エキスパートアドバイザー、健康運動指導士、野菜ソムリエプロでもある健康指導のスペシャリスト。

【申込方法】

セミナー参加を希望される方は下記よりお申込みください。

<https://www.pluswellness.com/forms/enquete/?c=bd3986a8720c587af06ef16409b02b3a>

■株式会社 ACCELStars について

企業 URL： <https://www.accelstars.com/>

「睡眠を解明し、新たな医療を創造する」というビジョンのもと、2020年8月に東京大学大学院医学系研究科教授の上田泰己が設立。睡眠データを通じて得られる複数のデジタルバイオマーカーを起点に、睡眠と関係が深い疾患（睡眠障害、精神疾患、生活習慣病など）の医療革新や、新たな健康経営に寄与する事業創造を目指しています。

■株式会社 明治について

企業 URL： <https://www.meiji.co.jp/>

当社は、創業の精神「栄養報国」に基づき、赤ちゃんからご高齢のお客さままで、あらゆる世代に向けた商品を通じて世界中に「おいしさ・楽しさ・健康・安心」をお届けしています。これからも、当社ならではの健康価値の提供を通じて、社会課題の解決に貢献することを当社の存在意義とし、「明治が提供する栄養」とは何かを徹底的に追求することで、日本のみならず世界中のお客さまの人生を豊かにするお手伝いをしてまいります。

■株式会社東急スポーツオアシスについて

企業 URL： <https://www.sportsoasis.co.jp/top/>

東急スポーツオアシスは、1985年に東急不動産の子会社として設立され、首都圏及び関西圏を中心に店舗を展開する会員制フィットネスクラブ「東急スポーツオアシス」の運営を中核として業容を拡大してきました。現在は既存のクラブ運営だけでなく、そのノウハウを活かした幅広い事業展開を進めております。東急スポーツオアシスは、「Well-being First!」な社会づくりに挑む、「ウェルビーイング総合カンパニー」に成長していきます。

■ウェルネス・コミュニケーションズ株式会社について

企業 URL : <https://wellcoms.jp/>

ウェルネス・コミュニケーションズは、「ウェルネス・データで、未来をつくる。」ことをパーパスに掲げ、社会や人々の生活を支える経済、その経済活動を牽引する企業、企業活動の原動力・組織経営における資産といえる、従業員やその家族を対象に、「企業と人を元気にする。」ことで、より豊かな社会や生活を創出すべく、「Growbase」「ネットワーク健康診断サービス」を通して従業員一人ひとりの健康づくりをサポートしております。

本文中に記載されている会社名、製品名は、各社の登録商標または商標です。

本件に関するお問い合わせ

ウェルネス・コミュニケーションズ株式会社 みんなの健康支援チーム セミナー担当
<https://wellcoms.jp/company/supporting/> / E-mail : shienteam@wellcoms.jp