



# 健康経営®セミナー

超高齢社会や働き方改革等を背景に、定年延長・再雇用制度による従業員の高齢化、介護問題、メンタルヘルス対策、人手不足等、企業(事業所)の抱える問題は多岐にわたります。今回のセミナーでは、一企業(事業所)では対応が難しい問題を、健康づくりの専門家らが講話とディスカッションを交え、皆さんと共に考えていきます。健康経営®について知りたい方も、是非ご参加ください！

**日時** 令和 5年 3月 6日(月)  
午後 1時 30分～4時 30分(開場 午後 1時)  
**会場** 飯能市総合福祉センター  
3階大会議室

**参加無料**  
先着50名

**1部** 講演 **健康経営®について**

東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科教授  
齊藤 恭平 氏

**健康経営企業事例発表**

キューピータマゴ株式会社生産本部東京エリア飯能工場長  
吉本 尚彦 氏

講演 **地域資源を活用した健康経営**

東海大学医学部看護学科准教授 三橋 祐子 氏

～従業員の健康は地域保健との連携により守る時代！～

**2部** 講演 **こころの健康づくりに生かす  
マインドフルネス**

臨済宗建長寺派林香寺住職  
RESM 新横浜睡眠・呼吸メディカルケアクリニック副院長  
川野 泰周 氏

**3部** **シンポジウム**

対象 飯能市内の企業(事業所)

- 申込み ◆電子申請 右の2次元コードを読み取ってください。  
◆F A X 下記申込書にご記入の上、お申し込みください。  
◆ホームページ <https://www.city.hanno.lg.jp/article/detail/4136>

その他 駐車スペースが狭小のため飯能市役所駐車場をご利用ください。

※新型コロナウイルス感染防止のため、会場において感染防止対策を徹底します。当日マスク着用・検温・手指消毒にご協力ください。  
また、発熱・風邪症状等体調のすぐれない場合、ご参加はご遠慮ください。



2次元コード

主催 飯能市 後援 飯能商工会議所  
問い合わせ 飯能市健康推進部健康づくり支援課 TEL042-974-3488

FAX 送信先 042-974-6558

飯能市健康づくり支援課健康づくり担当 行

## 健康経営®セミナー参加申込書

勤務先			所属			TEL		
ご住所				E-mail				
氏名	1.				2.			

※ご記入いただいた個人情報は適切に管理するとともに、本セミナー開催の目的に使用いたします。  
※「健康経営®」は NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

## 講師紹介

### 【シンポジウム 司会】

東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科教授 齊藤 恭平 氏

1986年 9月 順天堂大学体育学部健康学科助手(嘱託)

1995年 4月 函館短期大学食物栄養学科専任講師

1996年 4月 函館短期大学フィットネスセンターセンター長(兼務)

2000年 4月 函館短期大学食物栄養学科助教授

2003年 4月 函館短期大学食物栄養学科教授

2007年 4月 東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科准教授、同大学院福祉社会デザイン研究科ヒューマンデザイン専攻准教授

2008年 4月 東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科教授、同大学院ライフデザイン学研究科健康スポーツ学専攻教授

2012年 12月 順天堂大学大学院体育学研究科健康管理専攻(医学博士取得)

2022年 11月～現在 日本ヘルスプロモーション学会理事長

※2010年～現在 飯能市健康体づくり市民会議アドバイザー

主な著書:「健康なまちづくりのエッセンス」(2021年・ライフ出版社)

### 臨済宗建長寺派林香寺住職/RESM 新横浜睡眠・呼吸メディカルケアクリニック副院長 川野 泰周 氏

禅僧・精神科医。1980年生。臨済宗建長寺派林香寺住職。RESM 新横浜睡眠・呼吸メディカルケアクリニック副院長(精神保健指定医・精神科専門医・産業医)。2005年慶應義塾大学医学部医学科卒業後、慶應義塾大学病院精神神経科、国立病院機構久里浜医療センターなどで精神科医として診療に従事。2011年より建長寺専門道場にて禅修行。2014年に住職を拝命し、以降寺務の傍ら都内及び横浜市内のクリニックで診療を続け、マインドフルネス実践による心理療法に取り組む。国内大手企業にもマインドフルネスを導入。

主な著書:「半分、減らす。」(2021年・三笠書房)

※マインドフルネスの定義:今この習慣の体験に注意を向け、評価をせず、とらわれない状態で観ること。

川野泰周氏の講座資料「こころの健康づくりに生かすマインドフルネス」より

### 東海大学医学部看護学科准教授 三橋 祐子 氏

1993年-2000年 長崎県小長町役場(現 諫早市) 保健師

2000年-2006年 富士通株式会社 保健師

2010年-(現在) 東海大学医学部看護学科専任教員

2018年-2020年 国際医療福祉大学大学院研究員(看護学博士取得)

2018年- 地域・職域ネットワーク～秦野・伊勢原で働く人の健康と安全を考える会～立ち上げ・運営

主な著書:「産業保健スタッフのための地域保健との連携実践ガイドブック」(2021年・保健文化社)

### 「健康づくり宣言」実施企業

飯能市は、市内の企業(事業所)や関係団体等と協働し、「健康のまちづくり」を推進しています。積極的に健康経営を推進している市内の「健康づくり宣言」企業を紹介します。 ※法人種別を除く五十音順

- |               |                      |               |
|---------------|----------------------|---------------|
| ・いるま野農業協同組合   | ・株式会社クラウン・パッケージ埼玉事業所 | ・社会福祉法人名栗園    |
| ・宇野設備工業株式会社   | ・コスモ工機株式会社           | ・日建リース工業株式会社  |
| ・エーステック株式会社   | コスモテクニカルベースセンター      | ・特定非営利活動法人    |
| ・学校法人大川学園     | ・株式会社サインアーテック        | ぬくもり福祉会たんぽぽ   |
| ・株式会社金子組      | ・新電元スリーイー株式会社        | ・飯能信用金庫       |
| ・叶木材有限会社      | ・株式会社生活の木            | ・株式会社ピアニジュウイチ |
| ・神田建設株式会社     | メディカルハーブガーデン薬香草園     | ・細田建設株式会社     |
| ・休暇村奥武蔵       | ・西武ガス株式会社            | ・株式会社丸広百貨店飯能店 |
| ・キューピータマゴ株式会社 | ・東京計器アビエーション株式会社     | ・株式会社ライフサポート  |