

参加
無料

桃太郎のまち健康推進応援団 企業向け健康セミナー



健康寿命と食生活 ～健康づくりを楽しもう！～

オンライン同時開催

令和8年

11月10日(火)

13:30～15:30(受付13:00～)

岡山市勤労者福祉センター

5階 第3会議室
(岡山市北区春日町5-6)

生産年齢人口の減少に伴い、労働力不足は一層深刻化し、

従業員の健康確保は企業が取り組むべき重要な課題となっています。

朝食欠食や栄養の偏りは、だるさや集中力低下につながります。

また、乱れた食生活が続くと、肥満や糖尿病、高脂血症、高血圧など

さまざまな疾患を引き起こす原因になります。

従業員の健康を守るため、いっしょに考えてみませんか。

内 容

①基調講演(60分)

「健康寿命と食生活 ～健康づくりを楽しもう！～」

忙しい働き盛り世代のみなさまが、生活のなかで取り組める食事の工夫やアドバイスについて
お話を伺います。

講師： ノートルダム清心女子大学

人間生活学部食品栄養学科

准教授 焰硝岩 政樹 先生

②講演(10分)

従業員の健康づくりの取り組み事例についてお話を伺います。

講師： メタコート工業株式会社

総務課 課長

檀上 昌宏 氏

③岡山市からの情報提供ほか(10分)

対 象

岡山市内に事業所を有する企業・団体

【会場のご案内】

～バスでお越しの方～

JR岡山駅バスターミナルから「市役所前」下車

～お車で越しの方～

初めの1時間まで300円、1時間経過後30分につき100円

(※勤労者福祉センターをご利用の方は、最初の1時間が無料となります)

駐車台数：33台

申込

電話：086-803-1250 FAX：086-803-1756

メール：hokenkanrika@city.okayama.jp

岡山市保健管理課 健康寿命延伸室 担当：杉、宮川



桃太郎のまち
健康推進 応援団