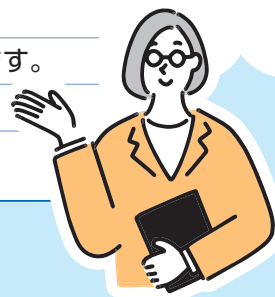


働く世代の 運動促進フォーラム

～運動から始める健康経営の進め方～

新潟県の20～50歳代。働く世代の運動習慣者は約2割と全国的にも低い状況です。
そのため県では、働く世代が長い時間を過ごす職場で、運動を習慣化できる支援を進めています。
今回、従業員の健康づくりを積極的に行っている県内企業をお招きし、
実際の取り組みや進め方などを紹介するフォーラムを開催しますので、是非ご参加ください。



両会場特別ゲスト

●新潟医療福祉大学
佐藤 敏郎
(健康スポーツ学科長/教授)



特別ゲスト

「健康立県にいがたアンバサダー」
●チカコホンマ ●(よしもと新潟住みます芸人)

令和5年 10月24日(火)

13:30～15:30(受付13:00～)

アオーレ長岡 市民交流ホールC

〒940-0062 新潟県長岡市大手通1丁目4番地10

定員50名



特別ゲスト

●小柳 亮太 ●(元大相撲幕内 豊山)

令和5年 11月21日(火)

13:30～15:30(受付13:00～)

市民交流施設 高田城址公園

オーレンプラザ 研修室

定員50名

〒943-0835 新潟県上越市本城町8-1

プログラム

- 新潟県の運動に関する現状・課題と取組について
- 「ち～とばっか動効果(うごこうか)」のご紹介
仕事をしながら手軽にこっそりできるながら運動「ち～とばっか動効果」の実演をまじえてご紹介します
- 運動促進に取り組んでいる企業の取組紹介
- ち～とばっか始めよう!
～健康経営・運動への取組に関するディスカッション～



●MC/酒井 春奈

新潟市中央区にあるパーソナルトレーニングとハイパーナイフ専門店「THE CITY GYM」代表。新潟を拠点にラジオパーソナリティ、タレント、パーソナルトレーナーとして活動。リハビリの国家資格である言語聴覚士の資格を有し県立病院での経験を活かし、その後ボディメイクインストラクター、姿勢改善アドバイザー、心理カウンセラーなどの資格を取得して、多くの方に健康や運動の大切さを伝えている。また自身もフィットネス競技の選手として活躍し、数々の優勝経験をもつ。

出演企業

長岡会場

(株)丸山自動車
(三条市)



健康経営優良法人ホワイ
ト500に5年連続認定され
たマルヤマグループでは従
業員の健康保持・増進を積
極的に支援しています。

コンドウ印刷(株)
(長岡市)



ウォーキングイベントな
どの企画や全社研修での情
報提供を通じて、意識向上
と運動習慣の定着に努めて
います。

日本精機(株)
(長岡市)



階段には5段ごとに声援
文を、ドアには行先への歩
数を、消費カロリーとセット
で掲載して啓発・意識向上
しています。

特別ゲスト

「健康立県にいがたアンバサダー」

●チカコホンマ●

1994年千葉県出身のお笑い芸人。
「農業で住みます芸人in長岡」(2016年
4月から翌年3月)2019年4月から「よし
もと新潟住みます芸人」として、新潟県
を拠点に活動。「社会を明るくする運動」
新潟県推進大使(2019年～)



上越会場

(株)高館組
(上越市)



アプリを使ったウォー
キングチャレンジに「プ
ラスα」独自の工夫。ス
ポーツ庁「SPORTS YELL
COMPANY 2023プロン
ズ+」に認定されました。

(株)阿部建設
(柏崎市)



ボーリング大会、駅
伝リレー、忘年会アトラ
クション、ZUMBA
様々な活動で社員の
健康と親睦を図ってき
ました。

大島電気(株)
(十日町市)



新潟県ヘルス&ス
ポーツ事業提供のグッ
ピーヘルスケアアプリ
を活用して社内ウォー
クラリーを開催。

(株)リボーン
(上越市)



総合福祉サービス
株式会社 リボーン
クラブ活動を推進
し、心と体が健康に働
ける環境づくりに取り
組んでいます。

特別ゲスト

●小柳 亮太●

新潟市北区出身で
元大相撲幕内豊山。現
在は、秋葉原でパーソ
ナルトレーナーとして
パーソナルジム「TOYGI」
を経営。



両会場特別ゲスト

●新潟医療福祉大学 佐藤 敏郎

(健康スポーツ学科長/教授)

1964年、名古屋市出身。日本体育大学卒業後、高等学
校教員、中学校教員を経て春日井市保健センターで健康
運動指導士として従事する。2007年に金沢大学大学院自
然科学研究科にて博士(学術)を取得し、09年より新潟医
療福祉大学に赴任。専門分野は体力測定評価、健康科学。
日本健康運動指導士会新潟県支部長などを務める。

こんな事業所におすすめ!

- 従業員が運動不足が心配
- 従業員の健診結果が悪い
- 健康経営に取り組みたい!
でもなにから手を付ければよいかわからない
- 健康経営のセミナーを聞いても
イマイチ自社での活かし方がわからない



申込方法

参加をご希望の方は、下記のURL もしくはQRコードの申込フォームに
必要事項をご記入いただきお申込みください。

https://e-ve.event-form.jp/pages/1472/r5_undousokushin_forum



【注意事項】

- 複数人でご参加の場合でも参加人数把握のため、お一人ずつお申込みください。
- URL、QRコードから申込フォームに移動し、必要事項を記入して申込みます。確認ページが表示されれば申込完了です。
- メールアドレスの入力間違いにお気を付けください。申込完了メールが届かない場合は、ご登録いただいたメールアドレスに入力間違いの可能性がありま
す。また、メールは自動送信システムから発信されるため、お使いのメールソフトやスマートフォン・携帯電話の受信設定によってはお受取りできない場合が
ございます。迷惑メールと誤認されている可能性もございます。その場合は下記3点をご確認ください。
 - ・迷惑メールや別のフォルダに自動で振り分けされていないかご確認ください。
 - ・お使いのメールサーバー側でメールが受け取れない設定にしている場合は、別のアドレスに変更をお願いします。
 - ・迷惑メールフィルタが適用されている場合、「send@event-form.jp」を指定受信設定にしてください。
- いただいた個人情報は、本開催業務以外には使用しません。

募集期間

長岡会場：令和5年10月17日(火)まで
上越会場：令和5年11月14日(火)まで

※先着順のため、定員に達した場合は締め切らせていただく場合がございます。

●問い合わせ先/新潟県福祉保健部健康づくり支援課
TEL：025-280-5198



「ち～とばっか動効果」の紹介

職場でできるながら運動「ち～とばっか動効果」を県HPで
紹介しています。ぜひこちらもご覧ください。

