

# 企業従業員に対する 健康づくり の必要性と具体的な提案

— 労働力不足の中で注目される健康経営と健康支援 —

我が国は今、国民医療費の増加にくわえ、少子高齢化による労働人口の減少やメンタルヘルス問題の広がりなどによって、労働力不足や企業の競争力低下が懸念されています。そのため、企業従業員の健康づくりを投資と捉え、メンタルヘルスを含む健康管理・増進に積極的に取り組むことが必要になっています。シンポジウムでは、従業員が心身ともに元気に働くことのできる企業・職場づくりの必要性を明らかにし、それを踏まえて、松本大学が現在構想している具体的な施策を紹介します。お忙しい中ではありますが、ふるってご参加ください。

2018  
5.24 木

15:00 ~ 17:30 (予定)

松本大学 5号館  
524教室



## プログラム

15:00~ 主催者挨拶

住吉 廣行 (松本大学 学長)

15:10~ 基調講演

「ストレス社会における  
健康経営と健康づくりの必要性」

等々力 賢治 (松本大学 副学長・人間健康学部長)

15:50~ 特別講演

「池の平ホテルが提案する  
企業従業員の健康づくり」

矢島 義拓 (株式会社 池の平ホテル&リゾート 代表取締役社長)

16:20~16:30 休憩

16:30~ パネルディスカッション

「企業従業員を対象とした  
具体的な取り組みの紹介と提案」

【パネリスト】

倉田 俊和 (株式会社 池の平ホテル&リゾート 広報室長)

村瀬 直美 (株式会社 村瀬組 代表取締役社長)

小林 浩之 (松本市健康産業・企業立地 担当部長)

根本 賢一 (松本大学大学院健康科学研究科 教授)

【コーディネーター】

田邊 愛子 (松本大学人間健康学部 専任講師)

17:30 閉会 (予定)

## お申し込み・お問い合わせ先

参加ご希望の方は、別紙申し込み用紙にご記入の上FAXしていただくか、シンポジウム名「健康づくり」、ご住所・お名前(所属企業名)・お電話番号・参加人数などをご記入の上、メールまたはお葉書で、右記宛お申し込みください。

(定員になり次第締め切らせていただきます。)

〒390-1295 松本市新村2095-1 松本大学研究ブランディング事業推進室

TEL 0263・48・7397 (研究ブランディング事業推進室)  
0263・48・7300 (地域健康支援ステーション)

FAX 0263・48・7390

e-mail branding@t.matsu.ac.jp

※駐車場が限られていますのでなるべく公共交通機関をご利用ください。



学校法人松商学園

# 松本大学

〒390-1295 長野県松本市新村2095-1 www.matsumoto-u.ac.jp

主催 : 松本大学研究ブランディング事業推進委員会  
共催 : 松本大学地域健康支援ステーション  
後援 : 長野県、松本市、塩尻市、安曇野市、諏訪市、松本市医師会  
松本商工会議所、松本市ヘルス・ラボ  
松本市健康経営研究会、信濃毎日新聞、市民タイムス

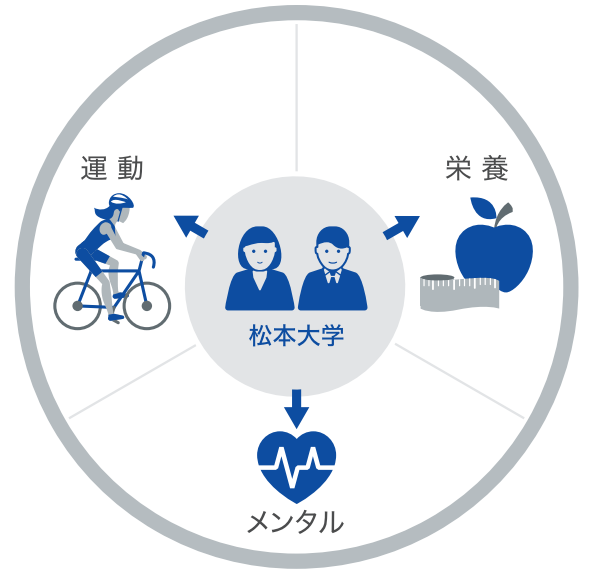
## 健康づくりを核に自治体・企業・医療機関と連携して進める 「元気な地域づくり」大学

今日、我が国では、急激に進む少子高齢化の中で、地域住民の減少と高齢化、その結果としての地域の衰退にくわえ、労働力人口減少やメンタルヘルス問題の広がりによって企業活動・競争力への影響も看過できなくなっています。

そのため、健康経営という視点を取り入れ具体的な健康づくりを進めることによって、従業員の皆さんの健康を増進するとともに、企業の活性化と生産性の維持・向上に取り組み、ひいては地域並びに地域住民の元気づくりにつなげていくことが求められます。目指すのは、従業員の健康づくりを投資と捉え、メンタルヘルスを含む健康管理・増進に積極的に取り組み、従業員の皆さんが元気に働くことのできる企業であり、職場です。

松本大学は、地域の総合大学として、これまで蓄積してきた健康づくりに関する研究・教育成果や人的資産を活用し、企業従業員の皆さんを対象とする新たな試みを地域自治体・企業・医療機関などと連携・協力して積極的に展開します。そして、それにヘルスツーリズムなども組み込み、さらには健康づくり関連市場・企業を創出することなどを通じて、「元気な地域づくり」大学の旗印（ブランド）を前面に掲げ、地域の活性化促進に全力で取り組みます。

### 健康経営の取り組み



呼吸ガス分析装置

運動時の酸素摂取量や二酸化炭素の排出量を計測し、個別に運動強度の設定を行います。



脚筋力計

太ももの前側（大腿四頭筋）、後ろ側（ハムストリングス）などの脚筋力を計測します。



活動量計

消費カロリーや歩数などの記録を行い、活動量の増加につなげます。



グループソフト

個人の活動量データをサーバーに上げ、グループ毎に情報を共有し、お互いのモチベーションにつなげます。

### 松本大学 平成29年度 文部科学省選定 私立大学研究ブランディング事業キックオフ・シンポジウム講演・報告者

#### 基調講演



松本大学 副学長／  
人間健康学部長  
【専門分野】  
スポーツビジネス／  
スポーツ社会学／  
現代スポーツ

等々力 賢治

#### パネリスト



株式会社  
池の平ホテル&リゾート  
広報室長

倉田 俊和



松本市健康産業・  
企業立地 担当部長

小林 浩之

#### コーディネーター



松本大学人間健康学部  
専任講師  
【専門分野】  
健康づくり／スポーツ医学

田邊 愛子

#### 特別講演



株式会社  
池の平ホテル&リゾート  
代表取締役社長

矢島 義拡



村瀬組  
代表取締役社長

村瀬 直美



松本大学大学院  
健康科学研究科 教授  
【専門分野】  
健康教育学／健康科学／  
スポーツ医学

根本 賢一



学校法人松商学園

# 松本大学