

経営と健康、ちゃんと考える2日間

～自身の健康から、自社が取り組むべきことを考える～

こんな課題を抱えていませんか？

- ・健康の重要性はわかるが、企業がやるべきことが分からない
- ・効果が分からず、後回しになりがち…人手不足で健康経営まで手が回らない
- ・推進しているものの、次の一手に困っている

日付

2026年

11月12日（木）～13日（金）

※宿泊が難しい方はご相談ください

場所

あいち健康の森健康科学総合センター

（愛称：あいち健康プラザ）

（知多郡東浦町大字森岡字源吾山1-1）

※JR大府駅から送迎バス有



あいち健康プラザHP

料金

愛知経協会員：20,000円

非会員・その他：30,000円

※すべて税込

1日目昼食・夕食、2日目朝食、宿泊費込み

定員

10名

対象

経営層、健康推進責任者 等

申込

愛知経協HP：<https://www.aikeikyo.com>

※キャンセル連絡は11月9日（月）までをお願いします。

それ以降のキャンセルは、参加費を申し受けますのでご了承ください。



愛知経協HP（申込）

課題解決に導く3つの特徴

リトリート空間で
“自分自身の健康”を見つめ直す

日常の忙しさから離れ、経営者としての「心と体の健康」をじっくり振り返るとともに、同じ境遇の仲間と課題を共有します。

まだ間に合う！
“健康経営”への理解を深める

人手不足の解決にもつながるリスクマネジメントとしての健康経営の本質をはじめ、実践事例や具体的なノウハウを学びます。

健康経営の
スタートアップ支援が受けられる

「何から始めればよいか分からない」経営者の声に応え、研修後の実行支援までサポート。
例：社内施策の提案／健康診断データへの活用方法／メンタル不調者・喫煙者向けプログラム／社内研修講師の紹介

1日目	
9:30～	オリエンテーション
9:40～	活動ドック (自身の健康・体力検査)
12:00～	昼食
12:40～	健康経営に関する研修
15:20～	自身の健康に関するワーク
16:00～	自社の現状を考えるワーク
17:30～	夕食(醸泡交流会)
2日目	
8:00～	朝食
9:00～	自社で始める健康経営を考える
10:00～	実践プランのシェアおよび スタートアップ支援のご紹介
11:00～	振り返り
11:30	終了

講師

あいち健康の森健康科学総合センター
中村 誉 氏

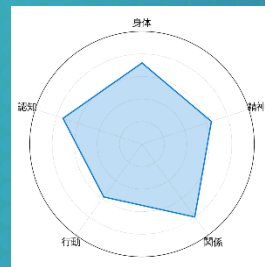
企業や市町村において、健康データの分析や健康経営に関するアドバイスなど、100件以上のコンサルティングを実施。

▶POINT1 活動ドック

専門機関ならではの機材を活用した身体計測・血液検査・体力チェックを通して、自身の健康状態を測定し振り返ります。



活動ドックの一部(負荷心電図)



仕事持久力のレーダーチャート

▶POINT2 健康経営研修

“健康経営”とは何なのか、今“健康経営”に取り組まなければどうなるのか、具体的な損失額の計算等の講義とワークを通して考えます。

▶POINT3 “仕事持久力”- 身体・精神・関係・行動・認知

生産性を上げるために必要な力、長く働くために必要な力、「仕事持久力」について、まずは自身の仕事持久力を確認し、その関係性・育み方について学びます。

▶POINT4 自社で始める健康経営

自社の課題を抽出し、グループワークや無理なく始められる事例紹介を通して、自社でできる健康経営に落とし込みます

【体験者からの声】



株式会社七番組
取締役副社長

土方 泰和 さん

弊社は中小企業の健康経営優良法人として、社員の心身の健康づくりにも注力しています。本研修では自己の身体検査や体力測定を通じ、「仕事持久力」の重要性を学びました。また講義や参加者との議論を踏まえ、従業員の健康に関する社内啓もう活動やセミナー開催など健康経営への取り組みを更に進めています。



瀧上工業株式会社
取締役兼執行役員

岩田 亮 さん

個人的にはがんを経験したこともあり、自分の健康には、日頃から気を付けてきました。それゆえ、従業員にも心身の健康についてより関心を持ってもらうための方策を考えるうえで参考になればと考え、参加しました。実践的なプログラムを通じて、若手社員からの動機付け、小さいことの継続的な実践の大切さを痛感し、社内にも浸透させていきたいと考えています。