

# 健康経営キホンの「キ」

～受講いただければ健康経営の全体像を理解いただけます～

多くの経営者の方々が「健康経営」に取り組んだ方が良くと考えていらっしゃると思いますが、一方で「健康経営ってそもそも何？」、「健康経営に取り組むと何のメリットがあるの？」、「健康経営って具体的に何を取り組めばいいの？」と疑問をお持ちの経営者の方々も多くいらっしゃると思います。

今回のセミナーではその疑問を解消すべく、「健康経営」の初級編としてAIGと提携しているNTTExC（エクシー）パートナーとセミナーを企画いたしました。本セミナーでは、中小企業へフォーカスした健康経営の具体的な取組・効果、何から実施していいかわからない経営者の方々へのソリューション提供を本セミナー内で紹介いたします。

参加費  
無料

■講師：宮本 由美子 氏（みやもと ゆみこ）株式会社NTTExCパートナー

■日時：令和8年3月2日(月) 午後2時～3時 [ 当日受付開始  
午後1時30分～ ]

■会場：ホテルレイクビュー水戸（水戸市宮町1-6-1）

■定員：50名 複数名での申込も可。定員になり次第締め切ります。ホームページで告知します。

■申込：2月20日(金)までに 水戸法人会事務局へTELまたはFAXにてお申し込みください。

■主催：公益社団法人水戸法人会 <https://mitohojinkai.or.jp>

TEL 029-227-1302

FAX 029-225-3336

■共催：AIG損害保険株式会社

## ■セミナー内容

- ・健康経営とは
- ・現在健康経営が注目される背景
- ・健康経営の推進状況
- ・健康経営が示す効果
- ・健康経営を行うことによる  
国からの補助
- ・健康経営の取組事例
- ・健康経営の取組事例（動画）
- ・健康経営推奨取組 など



宮本 由美子 みやもと ゆみこ  
経済産業大臣認定 中小企業診断士

【取得資格】  
中小企業診断士、国家資格キャリアコンサルタント  
2級キャリアコンサルタント技能士  
健康経営マイスター、健康経営エキスパートアドバイザー  
ポジティブ心理学コンサルタント®  
ウェルビーイング・ダイアログカード・認定ファシリテータ  
不動産鑑定士補

## 【プロフィール】

大学卒業後、外資系不動産会社に勤務。夫の転勤を機に沖縄へ移住し、フリーランスとして不動産鑑定評価に携わる。家族の病気をきっかけに神奈川へ戻り、「健康に働くことの大切さ」を実感。現在は事業会社の人事労務専門職を担当する傍ら、健康経営を全国に広める普及活動をしている。

## 【主な登壇実績】

- ・日本経済新聞社主催「Action健康経営セミナー」（協力：経済産業省）
  - ・公益財団法人神奈川産業振興センター「健康経営のススメ」
  - ・三浦商工会議所青年部経営塾「会社にとっての健康とは」
  - ・首都圏デジタル産業健康保険組合 健康経営フォーラム
- このほか、日本健康経営Earth、NPO法人等講演多数

## 「健康セミナー」参加申込書（FAX 029-225-3336）

フリガナ 事業所名		TEL	
所在地		FAX	
フリガナ 参加者名			

※ご記入いただきました情報は、当法人会から各種連絡・情報提供にのみ利用させていただきます。

※当法人会から連絡が無い限り、受講可能ですので、当日は直接会場へお越しください。

※天災、交通ダイヤの乱れ、講師の体調不良等により講師の変更、中止または延期となる場合があります。