　　２０２３年　〇月〇日

社員　各位

人事管理部　健康管理担当　〇〇〇〇

（衛生委員会委員長　〇〇〇〇）

社員研修会のお知らせ

「会社が知っておくべきアルコールと健康問題に関する動画の視聴」について

皆様、

いつもお疲れ様です。会社では社員の健康と幸福を大切に考えており、それに関連して、「アルコールの健康への影響について」学ぶ機会を提供したいと思いました。そこで、2023年7月に高知県で開催された全国土木建築国民健康保険組合主催の健康セミナーの講演動画をご視聴ください。

お手元のパソコンやスマートフォンを利用して、（視聴会を開催しますので）アルコールと健康問題に関する動画を視聴していただきたいと思います。この動画は、アルコールの摂取によって引き起こされる健康問題について詳しく説明されています。

アルコールの摂取による悪影響は、私たちの身体、心、仕事に与える影響に限りません。家族や友人、職場の仲間にも影響を与えます。この動画を通じて、より理解し、自身の健康と幸福を守るための行動を取ることができるでしょう。

動画の視聴には、約60分程度の時間が必要です。ご自身のペースで視聴していただき、必要に応じてポーズを取りながら視聴してください。

（動画の視聴は、約60分となっております。その後、自身や身近な方を振り返りアルコールと健康問題について話し合っていただく時間を３０分程度設けます。業務の都合をつけていただき一人でも多くの方がご参加ください。）

以下のリンクから動画にアクセスできます。

（なお、動画は会社のVPNに接続している環境でのみ視聴可能です。）

**[動画リンク]** ●●●●●●

視聴後、アルコール摂取に対する自身の意識や行動について考えてみてください。また、今後の社内の健康づくりの参考といたしますのでアンケートにご協力ください。

アルコール問題に関する相談が必要であれば、上司や社内健康管理担当者や下記の相談窓口をご活用ください。

地域精神福祉保健センター　アルコール問題相談センターリンク先

皆様の健康と幸福のために、ぜひこの動画の視聴にご協力ください。ご質問や不明点がございましたら、お気軽にご連絡ください。

よろしくお願いいたします。

【研修会資料・アンケート保存先】　●●●●●●●●●