

令和7年12月17日 株式会社佐藤技建様にて

転倒リスクチェック & 握力測定

& 健康相談会 を開催しました！

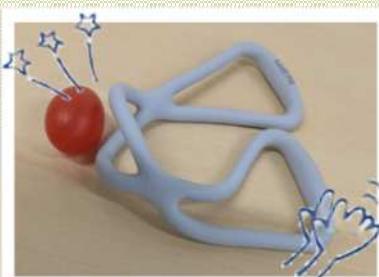
転倒リスクチェック

5年連続の測定です😊 実施後のアンケートでは『運動量を増やします』『今後も体力測定を行いたいです』などの声をいただきました。



握力測定

今年はヘルスアップチャレンジ助成金を活用して全社員へ「握力ボール」と「トレーニングチューブ」を配布しました。



日々の成果はいかに！

業務の合間や自宅でも手軽にトレーニングできる環境が整えられています。



健康相談・フィードバック

測定後は、保健師・管理栄養士と一緒に自分の身体と向き合う時間を作っています。



「ポジションマップへのシール貼り」や「個人の結果ファイル」から、今回の結果を同僚や過去の自分と比べることができます。

参加された方々には和気あいあいと楽しんでいただきました。

◆ みんなさんの職場でもいかがでしょうか ◆

これからも事業所様の健康課題に応じたイベント開催を通じて『今の身体を知り、行動を変え、未来の健康を守る』サポートを続けてまいります！

