



東京健康支援室主催

# 健康セミナー&健康推進会議

を開催しました！

日時：2025年11月20日(木曜)  
13:15～16:25

場所：TODA HALL & CONFERENCE TOKYO  
東京都中央区京橋一丁目7番1号  
TODA BUILDING 4階

## 第1部

～ビジネスパーソンのための健康セミナー～

## 女性と男性の更年期サバイバルガイド NEXT



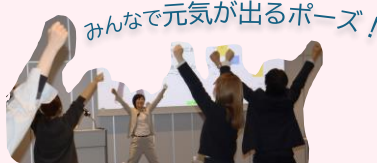
講師

永田京子 先生

一般社団法人ちえぶら代表理事  
更年期トータルケアインストラクター

全事業所を対象にハイブリット型で健康セミナーを開催しました！  
更年期をテーマにご講演をいただき、ちえぶら体操で実際に体を動かしながら  
体験的に学ぶことができました。

**105事業所、139名のお申し込みいただきました！**



みんなで元気になるポーズ！



今話題の  
男性更年期についても！

ちえぶら体操はYouTubeでも視聴可能！  
“更年期ケアの「ちえぶらチャンネル」”で検索



ちえぶら体操を体験！



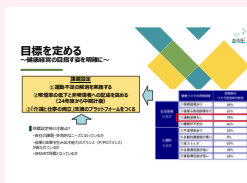
## 第2部

## 健康推進会議（中小規模法人部門）

東京管轄の中小規模法人に該当する事業所を対象に健康経営に対する事例発表、  
グループトークでの情報交換、組合から基調報告を実施しました！

1

事例発表



東洋ケミカルエンジニアリング  
株式会社様より事例発表をして  
いただきました。とても参考に  
なるお話で、大変興味深く拝聴  
しました。ありがとうございました！

2

グループトーク



グループに分かれ、各社の健康  
経営に関する取組や課題につ  
いて意見交換を行いました。  
様々な事業所の工夫を知ること  
で、自社の参考になったなど  
のご感想をいただきました。

3

本組合からの基調報告



組合の活動紹介、これまでの健  
康推進会議について、健康経営  
に関する現状報告、健康アプリ  
Pep Upや女性の健康サポート  
などについて報告いたしました。

お忙しい中、ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。



※第2部 事例発表・基調報告の様子は、本組合ホームページ（加入事業所専用ページ）から動画をご覧いただけます。  
（ユーザー名とパスワードは令和7年度版「組合保険のハンドブック」395頁に掲載）

全国土木建築国民健康保険組合 東京健康支援室