

働く世代の女性のための

[応募締め切り]
令和5年
7月28日
(金)

職場訪問 エクササイズ事業

女性従業員の健康づくりを神奈川県が支援します!

ご存知でしたか?

本県の女性が抱える体の不調の主要な要因は、腰痛や肩こり、関節の痛みであることが分かっています。そこで県では、女性の健康寿命延伸を目指し、運動する時間が取りにくい働く世代の女性に向けて、この度、職場訪問による「運動促進事業」を実施します。

事業の概要

就業時間内に、スポーツトレーナー等が職場を訪問し、腰痛・肩こり等の体の不調の改善に効果的なヨガ・ストレッチ等の運動プログラムを、女性従業員を対象に提供します。

- 全5回構成・週1回程度の頻度で実施
- 運動実践の時間は1回30分程度
- 運動プログラムと併せて、簡単に測定できる野菜摂取量チェック等も実施

女性が健康に
いきいきと
働き続けられる
職場にしたい

女性特有の
健康課題にも
取り組みたい

運動を取り入れて
従業員に健康に
なってもらいたい

（費用の負担なく、新しい取組を
試せるチャンスです!）

プログラム実施後には、今後の健康事業に役立つような、参加者の取組結果やアンケート結果等に基づくフィードバック資料を、参加事業所へご提供します



働く世代の女性のための 職場訪問エクササイズ事業

募集期間

令和5年7月12日(水)から令和5年7月28日(金)まで

※応募者多数の場合は、中小企業者を優先的に、応募内容を踏まえ、幅広い業種の企業が参加できるよう決定します。

募集の概要

応募対象 所在地が神奈川県内であって、女性の健康保持・増進に向けた取組に意欲のある事業所※
(主に中小企業を対象)

※原則20人以上の参加者を確保することが望ましいです。地域の企業(事業所)が複数集合することによる「企業グループ」として応募いただくことも可能です。

参加費用 **無料**

プログラム提供に係る諸費用(トレーナー派遣費用、使用機材・備品費等)について、参加事業所側のご負担はありません。

参加にあたって 就業時間内に従業員が本プログラムに参加できるよう、事業所内において、プログラムに参加しやすい環境づくりや積極的な働きかけに努めてください。

詳しくは下記「応募方法」に記載のウェブページ上の募集要項をご確認ください。

応募方法

募集期間内に、下記ウェブページ上の応募フォームから、必要事項を記載しご応募ください。

<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/cz6/exercise/mebyo-exercise.html>



お問い合わせ

応募に関すること

(事業受託業者)
株式会社ルネサンス
職場訪問エクササイズ 運営事務局
TEL:080-5874-9980

事業に関すること

神奈川県健康増進課 未病対策グループ
TEL:045-210-4746

