

## 健康的に働いていくために。 年代別に起こりうる健康課題や不調への セルフケアや対策とは。

女性や男性にはそれぞれ異なる健康課題があり、心や身体の変化を抱えながら仕事のパフォーマンスを最大限に引き出すには、働く職場においても様々な配慮や工夫が必要です。

本セミナーを通して、事業所のご担当者が年代別におこりうる健康課題を知ることで、今後、様々な年代の従業員の変化に気づき、心や身体のサポートができるようになっていただけると嬉しく思います。

本年度ご利用いただける「女性のための健康相談窓口」へは、女性従業員の方からの健康相談だけでなく、職場の同僚やパートナーの健康についてなど男性からのご相談も可能です。

専門医に気軽に相談できる窓口をご活用いただき、不安の解消、疾病の早期発見、労働生産性の向上にお役立てください。

### <アジェンダ>

1. ライフステージごとの健康リスク
2. 20～30代の主な健康課題
3. 30～40代の主な健康課題
4. 40～50代の主な健康課題
5. 産婦人科・小児科オンラインのご紹介
6. 「女性の健康課題に関するEラーニング」のご案内
7. Q&A



### 産婦人科医がお話します



#### 重見 大介 医師

産婦人科専門医  
医学博士  
産婦人科オンライン代表

今回は、産婦人科医の立場からぜひ知っておいてほしい「健康的に働いていくために。年代別に起こりうる健康課題や不調へのセルフケアや対策とは。」についてわかりやすくお話します。

みなさま、お気軽に是非ご参加ください！

日程：2023年6月23日(金)

時間：14時00分～15時00分

対象：本事業にご参加の、健保ご担当者様 及び企業ご担当者様

場所：ZOOM

参加方法：下記よりお願いします！

右の二次元コードを読み取って  
ウェブフォームより  
お申し込みください！

期限は6月20日（火）です！



<お問い合わせ先> 令和5年度 女性のための健康相談窓口事業

Mail：healthcare-info@pasona.co.jp

TEL：03-6734-1259（担当：パソナ 東・石田）