

健康度チェックプログラム

御社の健康度をチェックしませんか？

従業員の高齢化
による体力低下で
転倒災害が
増えてきた…。



長時間の
デスクワークによる
怪我のリスクや
作業効率の低下が
問題。



1人1分間で行える簡単なチェックプログラムで
健康問題を見える化し、健康アドバイスを行います。

健康度チェックプログラム

転倒災害予防チェック

高齢化や運動不足によって低下している筋力やバランス感覚をチェックし、転倒リスクを見える化します。

怪我予防チェック

仕事の特異性や疲労によって起こる姿勢の崩れをチェックし、腰痛や膝の痛みのリスクを見える化します。

プログラム実施料 **52,800円** (税込)

※ 定員10名様 実施時間は1時間となります。

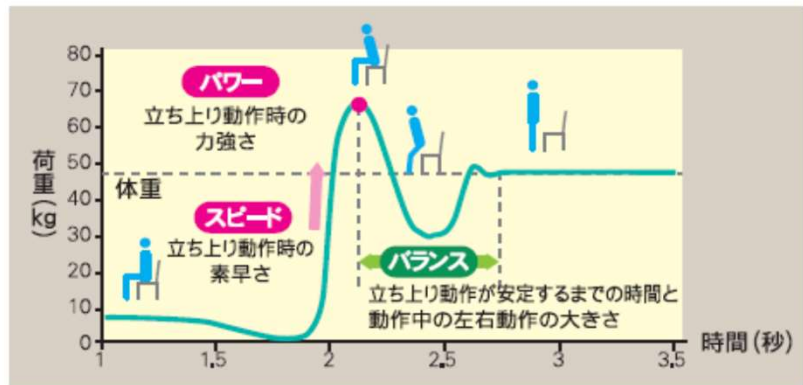
今後取り組むべき労働災害対策や健康課題について
具体的なサポートプログラムをご提案させていただきます。

転倒災害予防チェック

イスから「立ち上がって、座るだけ」の簡単な2ステップチェック



■立ち上がり動作時の荷重変動グラフと各指標

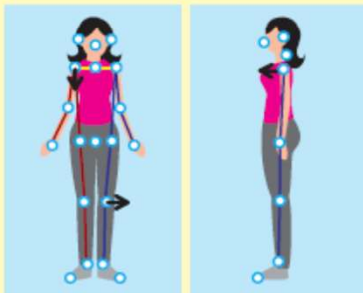


短時間、省スペース、低負担で下肢の運動機能が簡単にチェックできます。イスから立ち上がり、座るという動作で、対象者の足の筋力(パワー)、スピード、バランスをチェックし、転倒のリスクとなる体力項目を見つけます。

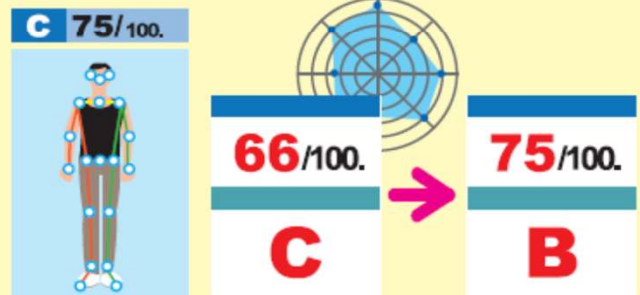
怪我予防チェック

正面と横からの2枚の写真から姿勢をチェック

所要時間15秒 撮るだけ姿勢チェック



姿勢バランスや身体の歪みを数値化



パソコンを長時間扱ったり立ち仕事を続けたり、毎日の仕事の積み重ねで起こる姿勢の歪みは、首、肩、腰、膝の症状を引き起こしたり頭痛や不眠など自律神経やメンタルバランスにも影響し、生産性の低下や健康問題になります。

《 ご希望に沿った方法をご提案いたします。 》

定員数の増加や、勤務形態に合わせた実施時間の延長や測定回数の増加など御社のご希望に合わせた実施方法をご提案いたします。お気軽にご相談下さい。

会社にとっての《宝》である従業員の健康づくりにお役立ていただき、活気に満ちた会社の運営を目指し、組織のエンゲージメントを高める方法の一つとして、是非当プログラムをご活用下さい。

* 定員数や実施時間の変更によりプログラム実施料が変更となります。予めご了承ください。

〈 連絡先 〉

スポーツ事業部 ウェルネス事業

担当 小野寺 0463-24-1010 ライフティック平塚内



平塚市宝町10-4

スポーツプラザ神奈中平塚4F