

# 社員の食生活改善セミナー を職場で開催しませんか？

社員が健康であることは、社員の活力の向上や、組織の活性化をもたらし、企業の業績向上につながると言われています。

社員の健康管理の一環として、健康に配慮した食生活の実践につながるよう、「食生活改善セミナー」を開催しませんか？

こんな社員が多く  
ありませんか？!

- ◆ 朝食を食べずに出社している
- ◆ 昼食をカップ麺や菓子パンで済ませている
- ◆ 夜遅くまで食事をとらずに残業している



## 講師

県が管理栄養士等を派遣します。

## 日時

ご相談に応じて決定します。(土曜日・日曜日  
も対応可。ただし、講師の都合がつかない場合など、対応  
できない場合もあります。)

## 内容

ご相談に応じて組み立てます。(業態や  
社員の健診結果の傾向等を考慮します。)

## 時間の目安

1 時間～ 1 時間半程度

## 開催場所

会社側でご用意ください。  
(執務室などでも結構です。)

## 費用負担

講師の謝金 (1 時間当たり 1 万円)  
を会社側でご負担ください。

## <内容のイメージ>

- 1 働き盛りの食事に関する課題
- 2 バランスのよい食事とは
- 3 規則正しい食習慣とは
- 4 今日からできる改善策



県庁HPで詳しく紹介して  
いますので、ご覧ください。

「社員の食生活改善セミナー」を  
職場で開催しませんか？

URL <https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/nourin/sanzen/syainnosyokuseikatu.html>

## 申込方法

実施希望日の概ね 2 箇月前までに、F A X 又は電子メールでお申し込みください。

**まずは、お気軽にお電話ください。**

申込先

青森県庁 食の安全・安心推進課  
〒030-8570 青森市長島 1-1-1

企画調整グループ 主幹 山本

TEL : 017-734-9354

E-mail: SANZEN@pref.aomori.lg.jp