

元気な長生き “健康寿命” を延ばすためのお話

北九州中小企業経営者協会を対象に講演会を行いました

2025年3月19日（水）に一般社団法人 北九州中小企業経営者協会 第322回例会において、『生き生き 元気で長生き あなたの大切な人を守るための公開講座』というテーマで講演会を行いました。

講演会では、北九州市を代表する企業・会社・事業所72社に参加いただきました。



講演では、当院オリジナルの Act-FAST カード（脳卒中の典型的な3つの症状と症状出現時の受診行動が示されています）を用いて、会場の皆様と一緒にシミュレーションを行いました。脳卒中は日本人の死亡原因の第4位、要介護4・要介護5が必要となった原因の第1位となった病気です（出典；厚生労働省ホームページ 2024年8月5日閲覧、令和5年(2023)人口動態統計月報年計(概数)の概況、2022年 国民生活基礎調査の概況）。脳卒中にならないために、生活習慣病の予防や治療が重要です。

会社・企業・事業所の関係者の皆様へ

健康経営優良法人認定制度の認定要件「3. 制度・施策実行 従業員の心と身体の健康づくりに関する 具体的対策<保健指導>」を検討される場合は、当院の看護専門外来(093-471-1121〈代表〉担当：安永)までお気軽にお問合せください。

※健康経営優良法人認定制度とは、従業員の健康管理を経営的な視点で捉え、健康経営に戦略的に組む企業を日本健康会議が中心となって認定している制度のことです。詳細は、経済産業省のホームページでご確認ください。