



さいたま健幸ネットワークの主な取組

① セミナー

- 対象 ネットワーク参加企業・団体等
頻度 年3回程度開催（予定）
規模 80～100人程度／回（予定）
内容 ・健幸経営企業等の取組事例発表
・「歩き方」「睡眠」「食事」等をテーマにした実践型のセミナー

★ポイント

- ・ネットワーク参加団体を優先的に案内。
- ・開催にあたっては、埼玉県や協会けんぽ、健保連と連携し、セミナーをより効果的に実施。



② セッション



同時開催

- 対象 ネットワーク参加団体とセミナー参加者
頻度 年3回（セミナーと同時開催）
内容 ・各企業や団体が行う健康づくりの取組の共有・意見交換
・「さいたまマーチ」参加者数増加に向けた検討

★ポイント

- ・平成30年度は設置初年度として「キックオフ記念講演」を開催。
- ・セミナー後の開催により、様々な参加者が、顔の見える関係を築きながら、活発な意見交換が生まれる。



③ ウォーキングイベントへの参加

⇒本市最大のウォーキングイベントである「さいたまマーチ」を中心に、実際に市内ウォーキングイベントに参加し、「歩く」ことを実践する。

★ポイント

- ・セッションやセミナーの「学ぶ・考える場」からの「実践の場」として、「さいたまマーチ」等のウォーキングイベントと連携。
- ・ネットワークを通して参加してくれた企業や団体を、市HP等でPR。

