

タイトル：「女性の健康週間」の取り組みについて（セミナーご案内）

2025年2月14日

社員の皆様

富士通健康経営事務局

女性の健康週間の取り組みについて（ご案内）

厚生労働省では、毎年3月1日から8日までを「女性の健康週間」と定め、女性の健康づくりを推進しています。

健康経営事務局では、一人ひとりが主体的な健康づくりができるよう支援することを目的に女性の健康週間の期間に下記セミナーを実施いたします。

40代・50代の女性は、自分の健康状態だけでなく、親の介護、子供の巣立ち、老後の不安、仕事のことなど、環境の変化も多いライフステージにあり悩み多き年代です。この年代の女性でなんらかの不調を抱える人は、80%以上と大変多い状況があります。

その中でも、更年期に関連する不調に悩まされていても、「更年期だから仕方がない」と我慢をして何も対処をしていない割合が多い現状もあります。しかし、更年期は、心と身体の付き合い方を見直す良い機会です。

辛さを我慢せずに対処し、身近な人にSOSを出して周りの人の力を借りながら一緒に乗り越えていくヒントをセミナーで見つけてみませんか。

ご自身の健康はもちろん、大切なご家族や一緒に働く仲間の健康を考える機会として、皆様でお声かけの上ぜひご参加ください。

記

女性の健康週間セミナー

- (1) テーマ：知っているようで知らない男女の健康課題
～知識のアップデートで相互理解を～
- (2) 講師：高尾 美穂 先生 イーク表参道 副院長
- (3) 日時：2025年3月5日（水）14：00～15：30
- (4) 形式：ハイブリット形式
 - ①オンサイト）Fujitsu Uvance Kawasaki Tower 20階）M202・203 申込先着順
申込：<https://forms.office.com/r/BZgWhV2fSL>
 - ②オンライン）ZOOM 配信 3,000名
申込：https://us06web.zoom.us/webinar/register/WN_zL5ql6zcQj6EIT5CWhJEAQ
* オンサイト・オンラインともに、申込先着順で定員になり次第締め切ります
* 申し込み締め切り：3月5日（水）12：00まで
- (5) その他：就業時間中のセミナーになりますので、上司の承認を得てからご参加ください

以上

女性の健康ポータルサイト：https://fujitsu.sharepoint.com/sites/jp-hpu/women_health/
お問い合わせ（女性の健康支援）：fj-womansupport@dl.jp.fujitsu.com