

「女性健康セミナー」をオンラインで実施 ～ 全職員を対象に更年期について解説 ～

大阪シティ信用金庫（本店 大阪市、理事長 高橋知史）は、全職員を対象に「女性健康セミナー」を実施しました。本セミナーは、女性職員を対象として平成29年にスタートし、6回目となる今回からは男性を含めた全職員を対象とし、映像配信方式で行ないました。

今回のセミナーは、更年期障害の知識および対処法を学ぶことを目的として、誰もが迎える「更年期」について学びました。受講者は、ライフスタイルの中の更年期の位置づけや男女による違い、更年期障害の症状、更年期をいかに乗り越えるかなどについて丁寧な解説を受け、理解を深めました。

当金庫では平成30年9月に、職員がいきいきと活動することで地域の発展に貢献することを目的に「健康宣言」を行い、職員の健康保持・増進を目指して、ウォーキングなど定期的な運動を奨励するほか、健康で豊かな生活環境づくりをサポートしています。今後も、一層の健康経営の実践・実現、安心して働ける職場づくりに取り組んでまいります。

記

1. テーマ
中年期の危機、更年期は誰にもやってくる！
2. 講師
株式会社F・L i n k 菊池 厚子氏（保健師）
3. 映像配信期間
令和5年3月22日（水）～4月21日（金）



映像配信の様子

以上



本件はSDGs（持続可能な開発目標）の考えに基づいた取り組みのうち、右記の目標に寄与するものです。

