

健康づくり活動

健康イベント活動紹介（2024.8）

健康フェアぷち『目の健康を考える』

日本眼科啓発会議が行った『目の健康に関する意識調査』によると、健康面で不自由を感じている項目について「目（視覚）に関すること」が最も高く、47.7%と半数に及んでいるとの結果が出ています。

スマートフォンやPCの普及により、日常的に目に疲労を感じる人が増加傾向にある中で、目の健康を保つための正しいヘルスリテラシーを身に付けてもらうことを目的として、8/19に秋田エプソン初となる目の健康イベントを開催しました！



- 視能訓練士の先生によるセミナー ……29名参加
- 東北大学開発～緑内障を発見できるゲーム「メテオブラスター」 ……45名実施

健康フェアぷち『AEC食育フェア』

食べることは生涯にわたって続く、生きるうえで最も基本的な営みの1つです。また、食習慣は生活習慣病の発症にも深く関連しています。働く世代である社員の皆さんに健康的な食の在り方について考えていただけるよう『朝食』『減塩』『野菜』の3つをテーマに掲げ、3日間にわたって『AEC食育フェア』を開催しました。



- 食堂にて産業医による食育セミナー動画を放映
- 野菜摂取量を可視化できる『ベジチェック』体験 ……77名参加
- 野菜スープの無料提供 ……1200杯/3日間