

三島市内企業の実証事例から学ぶ！ 「睡眠改善」活用セミナー

参加無料！

～眠りから、社員のポテンシャルを引き出す～

Zoomによる
オンライン
参加も可

セミナー概要

睡眠は、健康を支える最も重要な要素の一つであり、従業員の生産性や業務パフォーマンスにも大きな影響を与えます。こうした背景から、骨太方針2026では「睡眠対策を含む健康経営の推進」が明記され、企業における睡眠への取り組みの重要性が示されました。

本セミナーでは、睡眠改善が従業員の健康やパフォーマンス、企業経営にもたらす効果をわかりやすく解説します。さらに、三島市内企業で実施した実証実験のデータや参加者のリアルな声を交えながら、企業が睡眠施策に取り組む意義と実践のポイントをご紹介します。

こんな方におすすめ！

睡眠休養感の有無による損失コスト

01 睡眠改善施策に興味はあるが、
具体的な取り組みの始め方がわからない方

02 社員のメンタル不調、離職、
集中力低下（ミスの増加）を改善したい方

睡眠
休養
感

あり
なし

¥1,030,000

¥700,000

睡眠休養感の有無で、
損失コストに**¥330,000**の差

経済産業省「企業の『健康経営』ガイドブック
～連携・協働による健康づくりのススメ～」より

講師

株式会社TENTIAL



市川佑樹



小林阜希

お申込み（期限：10/5）



<https://logoform.jp/form/pqff/1722543>

会場・オンライン参加問わず、
QRコードもしくはURLよりお申し込みください。

日時

10/8 (木)
13:30-15:00
※13:00開場

対象

三島市内企業
経営者
人事担当者 等

会場

三島市立
保健センター
東館 1階フロア
※三島市南二日町8-35

会場定員

20名
※先着順
オンライン参加は
定員なし