

宮崎県健康経営サポート企業情報シート

登録番号	26	登録日	令和6年10月29日
企業・団体名	FUN パーソナルジム&ピラティス		
県内事業所(支店)名	—		
住 所	宮崎県宮崎市大淀3丁目5-8(BISUKA 2F)		
電話番号	090-6890-1878		
FAX番号	—		
メールアドレス	k_nishioka0107@yahoo.co.jp		
ホームページ	https://fun-conditioning-miyazaki.com/		
主な事業内容	パーソナルトレーニング 腰痛や肩こりなどへの施術やエクササイズの指導 栄養指導		
取組項目	☐ 健康経営の啓発 ☐ 健(検)診受診率向上のための支援 ☒ 健(検)診結果の活用など生活習慣改善のための支援 ☐ 働き方改革を通じたワーク・ライフ・バランス推進のための支援 ☒ その他健康経営実践のための支援		
	☒ 専門的な支援（資格：理学療法士 栄養コンシェルジュ） ☒ 食事 ☒ 運動 ☐ メンタルヘルス ☒ (健康管理 ウィメンズヘルス) ☐ 健康経営優良法人認定制度の支援		
具体的 取組内容	・様々な方々の「健康」を維持、向上するためのサポートを行っている。具体的には高齢者の体力向上、転倒予防。働く人の肩こりや慢性的な腰痛などの改善、女性特有の悩み(月経による問題、更年期障害など)の緩和までその人が無理なく身体の変化を楽しめるようにサポートを行っております。		
出前講座 (内容・対象)	・健康維持のための講座(運動、栄養、日常生活で必要なこと等) ・慢性的な肩こり、腰痛に対する運動講座 ・健康診断や人間ドック検査を基にした栄養講座 ・女性特有の悩みに対する講義		
県内企業等への メッセージ	病院時代では手術後の方のリハビリ、外来の方のリハビリ、訪問リハビリまで多くの方を対応させて頂きました。その中で怪我をする前、手術が必要になる前に「予防」を行うことの大事さを学び現在活動させて頂いております。運動や栄養、日常生活での過ごし方などの指導を通して、1番「予防」が必要な働く人のために健康をサポートしていきます。		