



ステンレス・高合金流
通のイノウエ（本社Ⅱ東
京都千代田区、井上浩樹
社長）は健康経営の一環
として月に一度、社員に
健康に関するセミナーの
「健康セッション」を行
っている。食事や運動、

社員向けに健康セミナー

イノウエ、講師に古庄氏

生活習慣について学び、
社員の健康増進につなげ
る。

健康セッションは昨年
から開始した取り組み
で、元アスリートで健康
指導のヘルスコーチを務
める、古庄直樹氏を講師
に招いている。2月24日
に開催された7回目の講
義では、腸をテーマとし
た健康について解説。腸
の働きや腸内環境、腸か
ら血液中に異物が逆行す
る「腸漏れ」（リーキーガ
ット症候群）について講
義を行った。食物の消化、
吸収以外にも、免疫器官
としての機能など、腸に
はさまざまな働きがあ
り、腸内環境が乱れると

不調を招くことを説明し
た。講義は盛況で、終盤
には同社の社員から古庄
氏に多数の質問が寄せら
れた。

古庄氏はアメフト日本
代表として活躍し、現在
は立教大学アメリカンフ
ットボール部のヘッドコ
ーチや、アスリートとし
ての経験を基に健康につ
いて指導するヘルスコ
ーチとして活動する。井上
社長と古庄氏は、ともに
アメフト強豪のリクルー
トシーガルズ（現オービ
ックシーガルズ）の選手
として活躍していた旧知
の仲だったこともあり、
健康セッションを定期開
催している。