

事業承継は、経営者が築き上げた会社（経営権、資産など）を次の世代の後継者へ円滑に引き継ぎ、企業の存続と発展を図る重要なプロセスです。

後継者への引き継ぎには3年以上の期間を要することが多く、早い段階から計画的に取り組むことが

重要です。今後10年間で、中小企業の約半数が世代交代の時期を迎えられている中、ぜひ、11月の事業承継推進月間をきっかけに、事業承継について学べるセミナーに参加し、事業承継について考えてみませんか。

■県事業承継・引継ぎ支援センター

国が設置する公的相談窓口です。事業承継に関する困りごとについて、無料で相談できます。

ぜひ、ご利用ください。

▼受付時間 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分。

▼相談方法 電話またはファクスで、県事業承継・引継ぎ支援センター☎(612)4338、FAX(612)4339へ。

事業承継は早めの準備が成功の鍵です。今現在、悩みを抱えていなくても、話を聞いただけでも将来の備えになります。お気軽にお問い合わせください。



▲県事業承継・引継ぎ支援センターの職員の皆さん

＼11月開催 事業承継を学べるセミナー／

タイトル・内容	時間・会場など
アトツギ支援セミナー 事業承継の体験談や経営上の工夫についての紹介など	①11月10日(火)午後1時30分～3時10分 会とちぎ産業交流センター(ゆいの杜1丁目) ②先着50人 ③11月6日までに、とちぎ地域企業応援ネットワークポータルサイト④またはファクスで⑤県産業振興センター☎(670)2606、FAX(670)2616へ
経営者のための事業承継とM&Aセミナー 中小企業におけるM&Aを活用した事業承継事例の紹介(トークセッション)など	①11月19日(木)午後2時～4時 会宇都宮商工会議所(中央3丁目) ②先着30人 ③11月16日までに、県事業承継・引継ぎ支援センター④またはファクスで⑤県事業承継・引継ぎ支援センター☎(612)4338 FAX(612)4339



▲とちぎ地域企業応援ネットワークポータルサイト④



▲県事業承継・引継ぎ支援センター⑤



▲事業承継推進共同宣言式の様子



▲世界糖尿病デーシンボルマークブルーサークル

11月14日は世界糖尿病デー

糖尿病について学ぼう

令和6年度国民健康・栄養調査によると、糖尿病が強く疑われる人は約1,100万人と報告されています。これは日本の成人のうち、男性は約6人に1人、女性は約11人に1人が該当する計算です。

本市でも、「糖尿病または血糖値が高いと指摘された人」の割合は、平成23年度は10.1%、平成29年度は13.8%、令和5年度には20.2%となっており、継続して増加しています。

■糖尿病は全身の血管や神経を傷つけます

糖尿病は、血液中のブドウ糖（血糖）を下げるインスリンの不足や、働きが悪くなるために、高血糖状態が慢性的に続く病気です。糖尿病は自覚症状がないままに進行するため、高血糖状態を放置していると、目や腎臓、神経など全身の血管が傷つき、失明、腎臓病、神経障害などの重い合併症を招きます。早期発見と生活習慣の改善で、合併症などの重症化を予防することができます。

■糖尿病予防のポイント

- ▼栄養 毎食野菜を取り入れ、バランス良く食べましょう。
- ▼運動 早歩きをする、なるべく階段を使うなど、積極的に体を動かしましょう。
- ▼休養 ストレスをため込まず、上手に休養を取りましょう。
- ▼健康診断 年に1回は受診しましょう。



糖尿病に関する催しなど

1 知って得する健康イベント

▼日時 11月8日(日) 午前10時～午後3時。

▼会場 F K D宇都宮店(今泉町)。

▼内容 家族で楽しめる糖尿病の予防に関する簡単なクイズラリー、無料の簡易血糖検査や血圧測定、唾液のPH測定、医師、歯科医師などによる相談会、糖尿病予防に関するリーフレットの配布など。

2 宇都宮タワーブルーライトアップ

▼日時 11月9～16日、午後5時～9時。

▼内容 全国糖尿病週間に合わせた宇都宮タワーの「ブルーライトアップ」の実施。

糖尿病の予防については「糖尿病を予防するために今伝えたいこと」と題したこちらの動画もご覧ください。



▲健康増進課公式YouTubeチャンネル「健康つみやきちゃんねる」

