

健康づくり

講習会

心と体のヘルスケア。
専門講師がアドバイスします！



健康で明るい笑顔♪ 活気ある職場づくり！

社会保険協会では、皆さまの職場の健康づくりに講師を派遣します。
講師料、資料代等は当協会が負担しますので**無料**です。ぜひご利用ください。

歯科医師による講習会



歯の健康の話など
講習会を行います。

保健師による健康講習会



皆さまの職場にお伺いして
健康管理の講習会を行います。

保健体育専門家による講習会



運動と健康の話、ストレッチ、
腰痛予防体操など、実技指導を
行います。

栄養士による講習会



食事と健康の話、栄養が
かたよりがちな職員へ。

専門家による実技指導



ヨガ、エアロビ、太極拳、
気功、心と体の健康づくりに。

DVDの貸出



「Good - bye ストレス」「正しく知れば
怖くない がんのお話」「自分で
できるストレス対処法」「心を
楽にするセルフケア」…etc.
研修会などにご利用ください。

※単年度一事業所一回のみの申込みとなります。

健康づくり指導講習会開催

申込書

申込種目 希望種目を○で 囲んでください。 (1~5について、開催 時間は、1時間を超え て1時間30分以内で お申込みください。)	1. 歯科医師による「歯の健康」に関する 講習会 ※開催希望日の2か月前までにお申込みください。						
	2. 保健師による「生活習慣病予防」等 講習会						
	3. 保健体育専門家による「運動と健康、ストレッチ」実技指導						
	4. 栄養士による「食事と健康の話」等 講習会						
	5. 専門家による ①ヨーガ ②エアロビ ③太極拳 ④気功 実技指導						
	6. DVD 貸出 (各30分程度) ①はじめてのウォーキング & ジョギング ②若々しい体をキープ! エクササイズ & ダイエット ③ Good - bye ストレス ④正しく知れば怖くない がんのお話 ⑤自分でできるストレス対処法 ⑥心を楽にするセルフケア						
	7. 特に希望する講師がありましたら記入してください。						
	講師名		所在地		電話		
開催日時	第一希望	月	日 (曜日)	時	分から	時	分まで
	第二希望	月	日 (曜日)	時	分から	時	分まで
開催場所	所在地						
	名称						
受講予定者数	男	名	・	女	名	計	名
	平均年齢					才	

上記のとおり講習会を開催したいので申込みます。

令和 年 月 日

事業所名

事業所整理記号

-

(例:山-いいい)

所在地

〒

-

電話

責任者 職名

氏名



お願い

講師等の都合がありますので、開催希望日時が決まりましたら、できるだけ早く(1か月以上前まで)お申込みください。FAXで申込みができます。

注意事項:単年度一事業所一回のみの申込みとなります。

一般財団法人 山形県社会保険協会

〒990-0043 山形市本町2-3-38 岩城ビル4階
TEL 023-642-6261 FAX 023-633-4114
E-mail : zai@shahokyo-yamagata.jp
ホームページ : http://www.shahokyo-yamagata.jp/