

# 令和6年度 健康づくり講習会・DVD貸出 申込書

会費を納入いただいている会員事業所さまが、単年度（1カ年度）1回のみ申込できます。

<b>講習会申込項目</b> 申込み項目を○で 囲んでください。  開催時間（講師の 講習時間）は、1時間 以上1時間30分以内 となります。	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か月前までにお申し込みください。
	2 産業カウンセラー等による「メンタルヘルス」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」等講習会
	5 専門家によるヨガ実技指導
	6 専門家によるエアロビクス実技指導 ※2～6については、開催希望日の1か月前までお申し込みください。
	※2～6については、開催希望日の1か月前までお申し込みください。
<b>1～6の開催希望日時</b>	第一希望 月 日（曜日） 時 分～ 時 分まで 第二希望 月 日（曜日） 時 分～ 時 分まで
<b>開催場所</b>	所在地 名称
<b>受講予定者数等</b>	男性 名・女性 名   合計 名   平均年齢 歳
<b>DVDの貸出</b>	DVD貸出 ※1事業所さま2種類まで、最長2週間の貸出とさせていただきます。 ◆貸出希望期間 月 日～ 月 日まで ◆貸出希望DVDの番号 ( )・( ) ①夏の熱中症・冬のヒートショックに気をつけよう ②筋肉を育ててメタボを予防しよう ③トータル・ヘルスプロモーションのための健康サポート体操 ④自分でできるストレス・コントロール ⑤ストレス・コーピングによるセルフケア ⑥ストレスチェックを活用したセルフケア ⑦部下が休職する前にできること ⑧はじめてのウォーキング&ジョギング ⑨若々しい体をキープ！エクササイズ&ダイエット ⑩Good-byeストレス ⑪正しく知れば怖くない がんのお話 ⑫自分でできるストレス対処法 ⑬心を楽にするセルフケア 各DVDの時間や概要は、当協会ホームページの「DVDの貸出」をご覧ください。

上記のとおり講習会の開催、DVDの貸出を申込みます。

令和 年 月 日

一般財団法人 山形県社会保険協会 宛

フリガナ 事業所名称			
事業所記号	—		(例： 01-イロハ)
事業所所在地	〒	—	
電話番号	—	被保険者人数	— 人
メールアドレス	@		
担当者氏名			担当者所属部署

**FAX (023-633-4114) にてお申し込みください。**

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  
 TEL023-642-6261 FAX023-633-4114  
 E-mail : zai@shahokyo-yamagata.jp  
 ホームページ : <https://www.shahokyo-yamagata.jp/>