

健康づくり指導講習会等申込書 (※ DVD貸出し申込書)

FAX 022-266-0471

受講希望年月日 (相談年月日)	令和 年 月 日 (曜日)	受 講 種 目	ご希望の受講種目を○で囲んで下さい。	
受講時間 (相談時間)	時から 時まで		1. 保健師による指導講習会(※現在中止しております) イ. 健康管理の話 ロ. 健診結果等に基づく健康相談	
受講場所 (相談場所)	電話 局 () 番		2. 管理栄養士による指導講習会 イ. 食事と健康の話 ロ. 生活習慣病の予防について	
			ハ. 現場における健康管理(熱中症他)	
所在地	〒 -		3. 体育専門家による指導講習会 イ. 運動と健康の話とストレッチ ロ. 腰痛予防体操、健康体操ほか	
受講者数 (相談者数)	名 (男性 名、女性 名)	4. 専門家による実技指導講習会 イ. 健康ヨーガ ロ. ストレッチヨーガ ハ. 太極拳		
			5. 健康づくりDVDの貸出し (DVDの種類は下記のとおり)	

健康づくりDVD [希望番号を○で囲んでください。] 1. はじめてのウォーキング&ジョギング(30分) 2. 若々しい体をキープ!エクササイズ&ダイエット(32分) 3. Good-bye ストレス(28分) 4. 正しく知れば怖くない がんのお話し(25分) 5. メタボリックシンドローム予防のための筋力トレーニング(39分) 6. ~健康は歯周病の予防から~歯周病を予防しよう(16分) 7. 健康診断を受けてよかった(34分) 8. サイレントキラー-高血圧の恐怖+専門医に聞く(24分) 9. 1に運動・2に食事・しっかり禁煙・最後にクスリ(32分) 10. 大人のためのエンジョイスポーツライフ(24分)	11. マシンを使わない筋力向上トレーニング(28分) 12. エクササイズでコミュニケーション(34分) 13. 野菜パワーでからだ元気(30分) 14. 夏の熱中症・冬のヒートショックにきをつけよう(42分) 15. ちょちょいのちょいトレ2.0毎日筋活部(60分) 16. 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(60分) 17. 自分でできるストレス・コントロール(25分) 18. ストレスチェックを活用したセルフケア(25分) 19. 部下が休職する前にできること(25分)
--	---

※ 健康づくり指導講習会等への講師派遣について

1. 受講種目について、具体的なお希望があれば余白にご記入下さい。
2. 受講時間は1時間を基本とします。
3. 講師派遣に係る費用は当協会でご負担します。
4. 講師の都合があるため余裕をもって申込み願います。
(概ね1か月以上前)
5. 講師手配の都合等によりお引き受けできない場合がありますことを予めご了承願います。

令和 年 月 日

事業所名 _____

所在地 〒 - _____

電話 市外局番 _____ 局 () _____ 番

F A X 市外局番 _____ 局 () _____ 番

責任者 職 名 _____

氏 名 _____