

## 健康学習会実施申込書

1. 希望する月日	月 日 ( )
2. 時間	午前 時 分～ 時 分 ( 分間くらい) 午後 時 分～ 時 分 ( 分間くらい) (ただし、午前10時から午後3時頃の時間帯にご計画ください。)
3. 対象者	人 数 名
4. 希望する話	※ 事業所で希望する内容を記入してください。
5. 担当者の氏名・ 連絡先電話番号	- -

次のテーマを用意しています。

- ① 新採用職員研修  
「こころがまえ研修」
- ② 生活習慣改善  
「ドック・健診結果の読み方」  
「ちょい塩生活」  
「太りにくいカラダになる！」  
「深呼吸できる職場づくり」(たばこ対策)  
「特定保健指導はあなたの未来を変えます！」
- ③ 体調管理  
「コンディションを整える」  
「おなかの調子を整える」  
「冬の体調管理」
- ④ 心・体のメンテナンス  
「ストレスをのりきるコツ」  
「体をほぐそう！筋膜マッサージ」  
「女性の健康課題」
- ⑤ その他  
(※事業所で希望する内容に応じます。)

令和 年 月 日

事業所名称

---

事業主氏名

---

(印)

新潟県農業団体健康保険組合 理事長 様

健保の保健師または  
委託保健師が  
会場に伺います。

お申込みの前に…  
希望日程や内容のご相談  
は各保健師まで。

### 健康学習会実施申込書

1. 希望する月日	9 月 2 日 ( 月 )
2. 時 間	午前 11 時 30 分～ 午後 12 時 10 分 ( 40 分間くらい ) (ただし午前10時から午後3時ぐらいまでの間に、ご計画ください。)
3. 対 象 者	人 数 10 名
4. 希望する話	※ 事業所で希望する内容を記入してください。 定期健康診断の結果の見方、記載内容のどの部分に留意すると良いか 併せて 簡単にできる予防の例示 (フェイシャルストレッチなど)
5. 担当者の氏名 ・電話番号	総務課 誰々 0256-35-8201

次のテーマを用意しています。

- ① 新採用職員研修  
「こころがまえ研修」
- ② 生活習慣改善  
「ドック・健診結果の読み方」  
「ちよい塩生活」  
「太りにくいカラダになる！」  
「深呼吸できる職場づくり」(たばこ対策)  
「特定保健指導はあなたの未来を変えます！」
- ③ 体調管理  
「コンディションを整える」  
「おなかの調子を整える」  
「冬の体調管理」
- ④ 心・体のメンテナンス  
「ストレスをのりきるコツ」  
「体をほぐそう！筋膜マッサージ」  
「女性の健康課題」

⑤ その他

(※事業所で希望する内容に応じます。)

例示のテーマのほかにも  
『こんなことを聞いてみた  
い』という申込みもOK

令和 1 年 7 月 4 日

事業所名称 にいがた〇〇サービス

事業主氏名 丸野 康志

印

新潟県農業団体健康保険組合 理事長 様