

# 健康講座のご案内

大村市では、市民の皆さまが健康でいきいきと暮らせるよう、医師や保健師、管理栄養士、健康運動指導士などが講師を務める健康講座を実施しています。事業所や婦人会、町内会などの各団体からの講師派遣の依頼も受け付けています。職場や地域、ご家庭での健康づくりを始めるきっかけとして、ぜひご活用ください。

## 時間

時間は10分から1時間程度で、希望に応じて調整します。土日や夜間の対応も可能です。

## 対象

主に大村市内の、40歳から65歳を中心とした団体です。

## 内容

- ・ 主に生活習慣病と食事について
- ・ 職場や家庭でできる運動について
- ・ 特定健康診断(特定健診)について
- ・ 職場でのこころの健康(メンタルヘルス)について
- ・ その他、こころと体の健康に関する講座



## 申し込み方法

希望日の1ヶ月前までに、健康講座開催申請書に必要事項を記入のうえ、申込先へご提出ください。

## 申し込み・お問い合わせ先

大村市 福祉保健部 健康づくり推進課  
〒856-8686 大村市玖島1丁目25番地  
TEL 0957-53-4111 (内線 147・192)  
FAX 0957-53-5572

( No. )

年 月 日

健康づくり推進課長 殿

( 団 体 名 )

( 代 表 者 名 )

## 健康講座開催申請書

開催希望日時	第1希望	年 月 日 ( 曜日 )
		午前 ・ 午後 時 分 ~ 時 分 まで
	第2希望	年 月 日 ( 曜日 )
		午前 ・ 午後 時 分 ~ 時 分 まで
	第3希望	年 月 日 ( 曜日 )
		午前 ・ 午後 時 分 ~ 時 分 まで
場所 (会場)		
希望講師	保健師 ・ 理学療法士 ・ 栄養士 ・ 医師 ・ 歯科医師 ・ 薬剤師 ・ その他 ・ なし	
希望する主題	第1希望	
	第2希望	
	第3希望	
その他希望する事柄がありましたらご記入下さい。		

連絡先 氏名

住所

電話

mail