

大村市

# 健康講座のご案内

大村市では、市民の健康増進を図るために、医師・保健師・管理栄養士・健康運動指導士などによる健康講座を実施しています。

事業所や、婦人会、町内会など各団体からの講師派遣依頼を受け付けています。職場や地域、ご家庭で健康づくりを始めるきっかけとして是非ご活用ください。

## 【対象】

主に40歳～65歳を中心とした団体

## 【内容】

団体からの依頼により講師を派遣し  
健康講座を実施します。

～健康講座の例～

- ・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  
など、こころと体の健康に関する講座

## 【申請方法と申し込み先】

健康講座開催申請書に必要事項を記載のうえ、  
申し込み先までご提出ください。

～申し込み・お問い合わせ先～

大村市国保けんこう課

〒856-8686 大村市玖島1丁目25番地

TEL：0957-53-4111（内線171）

FAX：0957-53-5572

