

事 務 連 絡

平成 31 年 4 月 15 日

各 区 長 様

函南町長 仁科 喜世志

(健康づくり課)

「健康づくり出前講座」のお知らせについて

標題の件について、ご希望がありましたら健康づくり課へ申し込みください。
保健師や管理栄養士が出前講座をいたします。内容は、別紙を参照ください。

各区の活動の中に“健康”に関する講座を取り入れるご意向がありましたら、
是非ご活用ください。

担当 田中、杉山

電話 055-978-7100



健康づくり出前講座

保健師や管理栄養士が、町内会や老人クラブまたは婦人部や趣味のサークルなどにお邪魔して、健康に関する出前講座を行います。人数は問いません。生活習慣病の予防や食生活に関すること、血圧測定や体組成の計測など、ご希望のテーマに沿った話が可能です。

例えば、次のような講話をすることができます。

項目	テーマ
健康管理	メタボリックシンドロームを予防しよう！
	がん検診の正しい受け方 健診のすすめ
	体組成計測で内臓脂肪レベル・筋肉量・体内年齢・脚点をチェック！
	乳がん予防！マンマモデルを用いて乳がんの視触診方法を学ぼう
	ロコモティブシンドローム(クンクン体操)、骨粗しょう症を予防しよう
	防ごう！熱中症
	いざというときあわてないで！（応急手当・事故防止）
メンタルヘルス	みんなに知ってほしい！こころの健康
たばこ	たばこによる怖い病気 COPD を知ろう。肺年齢チェック！
歯とお口の健康	自分の歯とお口を守る基礎知識
	お口いきいき体操をしよう
栄養	食のチカラ～食べて健康～
	低栄養予防！簡単らくらくごはん
	血液サラサラの秘密
	減塩のお話と塩分測定
	防ごう！感染症（ノロウイルス）
予防接種	予防接種の基礎知識

(注) 事業などにより、ご希望の日程に添えない場合や営利を目的とした催し物や出前講座の目的にそぐわない場合は、お受けできないことがあります。

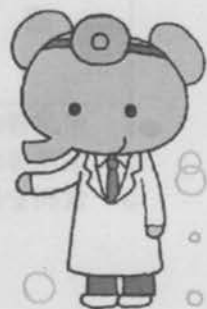
※ 申請書（様式1）を希望日の1か月前までにご提出ください。

※ 出前講座は、原則1団体につき1年度につき1回です。

問合せ先 函南町 健康づくり課（函南町保健福祉センター内）

〒419 0107 田方郡函南町平井717 28

☎055 978 7100 FAX055 979 4599



健康づくり出前講座申込書

年 月 日

函南町長

団体名
 代表者 住 所
 氏 名
 電話番号

健康づくり出前講座の実施について、下記のとおり申し込みます。

記

希望日時 ※できるだけ、第3希望日を設定してください。	第1希望	年 月 日 () 時 分 ~ 時 分
	第2希望	年 月 日 () 時 分 ~ 時 分
	第3希望	年 月 日 () 時 分 ~ 時 分
場 所		
受 講 人 数	合計	人 (男性 人 女性 人)
	内訳	40歳以下 人、40~64歳 人、65歳以上 人
希望する講座内容		
備 考		

- 1 申請書は、希望日の1か月前までに提出ください。
- 2 業務等の関係上、ご希望に添えない場合もありますのであらかじめご了承ください。
- 3 営利を目的とした催し物や出前講座の目的にそぐわない場合は、お受けできないことがあります。