

経営者のみなさまへ



働く世代の「健康づくり講座」のご案内

# 従業員の健康で 会社がタフになる!



受講料  
無料!!

アフター5など  
いつでも受講  
OK!!

職場で実施  
できます!!

メニュー

食生活や運動のワンポイントアドバイス、  
心の健康など

※詳しいメニューは裏面（申込書）をご覧ください

- \*甲府市の専門職が講座を行います。
- \*少人数（2～3人）でもできます。
- \*希望日の2か月前までに申し込んでください。

思った  
たらすぐ  
電話!

《お問い合わせ・申し込み先》

甲府市健康支援センター（甲府市保健所）

地域保健課 保健予防係

☎ 055-237-2505

# 働く世代の「健康づくり講座」申込書

令和 年 月 日

(あて先) 甲府市地域保健課

事業所名  
 代表者  
 住所  
 電話番号

次のとおり「健康づくり講座」の受講を申込みます。

希望日時	第1希望	月 日 ( ) 時 分 ~ 時 分
	第2希望	月 日 ( ) 時 分 ~ 時 分
希望会場	会場名	
	所在地	
希望講習内容 ご希望の講座 に○をつけて ください。 1回で複数の 講座を受ける ことができます。		外食やコンビニ食でプラスワン!
		あなたが飲んでるジュース、大丈夫ですか?
		食事が夜遅くなってしまう方に...
		食物繊維で健診結果が改善!?
		体幹刺激でぽっちゃりから脱出
		ストレッチでリフレッシュ
		いつでもどこでもプラス10
		お酒を上手に飲もう
		高血糖ってどうなるの?
		自分の体を知ろう (体組成計を使います)
		こころの元気アップ
		禁煙にチャレンジ
	コロナに負けない! 会社づくり	
受講人数等	受講人数	人 / 従業員人数 人
打合せ責任者	氏名	

送付先

〒400-0858 甲府市相生2-17-1 甲府市地域保健課 保健予防係

☎055-237-2505 FAX055-227-5294