

無料
です

職場の健康づくり応援します！ お役に立つ研修会のご案内

職場の健康づくりで困っていませんか？

協会けんぽと福祉保健所が連携し、職場の健康づくりを応援する研修会を開催します！
各ブロックごとに様々なテーマで実施しますので、是非、ご参加ください。

- * 健康保険委員の皆さまには、別途、ご案内をお送りしています。
- * 参加には申し込みが必要です。下記の参加申込書を FAX していただくか、協会けんぽ高知支部までご連絡ください。

事業主様、健診等のご担当の方
ご参加、お待ちしております♪

【お問い合わせ・連絡先】 協会けんぽ高知支部 企画総務グループ ☎088-820-6012
保健グループ ☎088-820-6020

	日時	会場	研修テーマ
安芸	7月15日(水) 13時30分 ～16時	田野町ふれあいセンター 2階多目的会議室 安芸郡田野町1456-42	「進めよう社内禁煙の輪 ～働きやすい環境を～」 講師：南内科循環器科 副院長 南 大揮 氏 たばこの健康への影響や、禁煙をすることが喫煙仲間から非難されない、禁煙を受け入れられる職場環境づくり、禁煙を成功する秘訣（禁煙外来の紹介も含め）などを学習します。
中央東	7月8日(水) 13時30分 ～15時30分	青少年センター 香南市野市町西野303-1	「どうしてる？ 職場の血圧とメンタルヘルスのマネジメント」 ・事業所における健康管理の具体的な取組みについて 講師：高知労働基準監督署 安全衛生課長 生永 実 氏 ・働きざかりの高血圧について ～高血圧とその管理について～ 講師：高知大学医学部附属病院 地域医療連携室副室長 宮野 伊知郎 氏 ・ストレスと上手につきあう方法 講師：中央東福祉保健所 健康障害課主任 田所 淳子 氏 職場での高血圧やメンタルヘルス対策として、血圧測定やストレスチェックをしてみませんか？ 医師や専門家が、すぐに取り組みで役立つ情報を紹介します。
中央西	7月28日(火) 13時30分 ～15時30分	すこやかセンター伊野 吾川郡いの町1400番地	「働きざかり世代の健康づくりは職場から ～健康診断と高血圧予防～」 講師：公益財団法人高知県総合保健協会 健康支援部 医局長 杉本 章二 氏 健康診断と高血圧予防についての医師の講演、職場ですぐにできる健康づくりの情報を提供します。
須崎	8月7日(金) 14時～16時	須崎市立市民文化会館 会議室B 須崎市新町2丁目7-15	「働き盛りの健康づくり ～お酒との上手な付き合い方～」 講師：四国SFA研究会高知支部代表 精神保健福祉士 猪野 久子 氏 高幡地域の職場で気になる健康課題ナンバーワンの「お酒の飲みすぎ」について、「職場で取り組む健康づくり手引書」等も紹介しながら、わかりやすく役立つ情報を提供します。
幡多	7月14日(火) 14時～16時	中村地区建設協同組合会館 四万十市右山元町3丁目3-26	「働きざかりの食育講座」 講師：RKC調理師学校 校長 三谷 英子 氏 買い物から食事まで、毎日元気に働くために取り入れてほしい、ちょっとしたコツを紹介します。

職場の健康づくり応援研修会参加申込書

協会けんぽ高知支部 FAX：088-820-6023

※このページをそのままFAXしてください

◆ 事業所名

◆ 住所

◆ 電話番号

◆ ご担当者名

(事業主・健康保険委員・健診担当・その他 ())

◆ 参加希望ブロック

安芸 ・ 中央東 ・ 中央西 ・ 須崎 ・ 幡多

* ブロック名に○をお願いします。 * 他のブロックの研修会にも参加ができます。(2つ以上の参加も可)

* 資料等の準備がありますので、お申し込みはできるだけ**6月26日(金)**までをお願いします。