

健康づくり事業 (DVD貸出)

『健康づくりDVD』を無料で貸出します！

会員事業所(協会費を納入されている事業所)の職場で働く皆様の健康づくりをサポートするため、健康づくりに関するDVDを貸出いたします。

事業所の従業員・そのご家族の皆さまの健康づくりにお役立てください。

- DVDの貸出は無料です。
- ただし、DVDの返却にかかる経費は会員事業所様の負担となります。
- 貸出期間は、10日間程度とします。
- 貸出枚数は、1回につき2枚以内としてください。
- お申込方法は、「申込書」により、FAXまたは郵送でお申込み下さい。

※ このDVDは、個人がご家庭で視聴することを目的としています。

| 「健康づくりDVD」貸出申込書 | | 申込年月日 | 年 | 月 | 日 |
|-----------------|---|-------|---|---|-------|
| 会員番号 | (担当者氏名) | | | | |
| 所在地 | 〒 — | | | | |
| 事業所名 | | | | | |
| 電話番号 | (FAX番号) | | | | |
| No. | 「貸出希望DVD」のNo.に○印をお願いします。 | | | | |
| 1 | ◆ はじめてのウォーキング&ジョギング | | | | (31分) |
| 2 | ◆ 若々しい体をキープ!エクササイズ&ダイエット | | | | (33分) |
| 3 | ◆ Good-bye ストレス | | | | (29分) |
| 4 | ◆ 正しく知れば怖くないがんのお話 | | | | (26分) |
| NEW 5 | ◆ 夏の熱中症 / 冬のヒートショックに気を付けよう! | | | | (41分) |
| NEW 6 | ◆ ちょちょいのちょいトレ2.0「毎日筋活部」 ～筋肉を育ててメタボを予防しよう!～ | | | | (60分) |
| NEW 7 | ◆ トータルヘルスプロポーションのための 健康サポート体操 | | | | (60分) |
| NEW 8 | ◆ 元気な職場をつくる メンタルヘルス5 ～自分でできるストレスコントロール セルフケアのための10の方法～ | | | | (25分) |
| NEW 9 | ◆ 元気な職場をつくる メンタルヘルス6 ～ストレス・コーピングによるセルフケア ストレスに上手く対処する方法～ | | | | (26分) |
| 貸出希望期間 | 年 月 日 ~ 年 月 日 (日間) | | | | |