

浜松市健康福祉部健康増進課 健康推進グループ宛て

FAX 053-453-6133

職場で健康講座 申込書

貴事業所名							
ご担当者名	所属			ふりがな 名前			
ご連絡先	住所						
	電話						
	メールアドレス						
希望日時	第1希望	月	日 ()	時 分 ~ 時 分			
	第2希望	月	日 ()				
お願い：希望日時は、申込日から概ね1か月以降にしてください。							
ふじのくに健康づくり推進事業所宣言歴 有・無 優良法人認定取得歴 有・無							
希望講座の番号に○をご記入ください							
1	20代からの生活習慣病予防 ～ちょこっとチェンジで変えよう～			7	「はままつ健幸歩き」で効果的に歩こう		
2	糖尿病は甘くない！ ～知らないうちにおこる血糖値スパイク～			8	カラダほぐしで簡単リフレッシュ ～肩こり・腰痛予防～		
3	あなたの肺は大丈夫？～たばこ受動喫煙～			9	誰でもできる！今日からはじめる筋力UP体操		
4	ホントは怖い歯周病を撃退！お口＆舌体操			10	元気で働くための食事のポイント		
5	睡眠に満足していますか？～働き世代の睡眠のこと～			11	あなたの野菜摂取状況を数値で見える化！ ～ベジメータ [®] 測定～		
6	働く女性の健康づくり～女性ホルモンについて～			12	その他 ()		
事業所の概要を教えてください							
従業員数	人						
構成 ※該当箇所に○をつけてください	年代	1	20～30代が多い	2	40代が多い	3	50代が多い
	性別	1	男性が多い	2	女性が多い	3	男女半々
講座参加予定人数	人			開催場所			
その他 (ご要望等)							

☆申込書は、浜松市ホームページ（下記 URL または表面 QR コード）からもダウンロード可能です。

【浜松市ホームページ】<https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/> → サイト内検索

職場で健康講座

検索

☆申込書を受付次第、浜松市から打ち合わせ等についてご連絡いたします。