

※コピーして、申込者に渡してください。

申込
No.

健康出前講座 申込書

令和 年 月 日

・希望される項目（下記）に○をつけてください。

・時間：30分～70分程度

【出前講座メニュー】

【青年期・壮年期・高齢期対象】

- () ① 毎日の食事で元気をキープ ～賢く食べてフレイル予防～ (45～60分)
- () ② ながはまはっきりことばで始める健口習慣 ～口腔トレーニングでフレイル予防～ (45～60分)
- () ③ 知って納得！みんなで取り組む生活習慣病予防 (60分)
- () ④ あなたも手洗いマスター ～感染症から身を守ろう～ (30～60分)
- () ⑤ 大切な人の心の健康を守るためにできること ～あなたもゲートキーパー～ (60分)
- () ⑥ 減らしNa（塩分）さい！増やし菜（野菜）さい！ (60分)
- () ⑦ 塩分摂取量測定会 ～塩分と野菜のバランスについて知ろう～ (60分)
- () ⑧ 熱中症を予防しよう ～暑さから身を守るために～ (30～60分)

【乳幼児期対象】

- () ⑨ 食育で元気モリモリ！長浜っ子 ～知っておきたい子どもの栄養～ (30～60分)
- () ⑩ 遊んで楽しく！お口パワーアップ講座 (60分)

裏面の申込時の注意点も
必ず読んでください

実施予定日	令和 年 月 日 ()
	午前・午後 時 分 ～ 午前・午後 時 分
実施会場	会場名 ●物品の有無 あれば○で囲む
	・机 ・椅子 ・マイク ・ホワイトボード（黒板） ・テレビ ・DVDデッキ ・プロジェクター ・スクリーン
団体名	(地区名：)
団体責任者名	氏名 (電話 — —)
参加予定人数	計 _____ 名 (女性 _____ 名 ・ 男性 _____ 名) (外国人 _____ 名 ・ 通 ★受講年齢層・・・ 歳代 ～ 歳代
備考 (配慮事項等)	

(出勤者：)

申込受付者 ()

健康出前講座申し込みの注意点

健康出前講座の申し込みについて、下記の点についてご協力いただきますようお願いいたします。

- ・本講座は学習の場ですので、お酒やたばこは控えてください。
- ・会場の確保、当日の会場設営、会場使用料などの物品準備・経費負担は申込者側でお願いします。
- ・お心遣いをご遠慮いたします。
- ・血圧測定はありません。講座は体調を整えて受講して下さい。
- ・申込書（裏面）は、必ず1か月前までに提出をお願いします。
- ・土日祝日の開催については、ご希望に添えない場合があります。
- ・講師の都合上、万一、ご希望の日時に添えない場合は、改めて連絡させていただきます。
- ・当日の受講者を、10名以上確保して頂くようご協力をお願いします。
- ・実施予定日の3日前までに当日の会場や内容の確認のため担当者から連絡します。
- ・出前講座終了後、受講者代表に受講報告書の記載をお願いします。
- ・企業からの申し込みについては、より専門的な内容を考えておられる場合は、できる範囲で専門の機関へお繋ぎします。
- ・介護サービス事業所や、しょうがい者サービス事業所のスタッフの講座や、感染予防に関する講座は関係課へお繋ぎします。
- ・申込みは、1団体につき年間1回までといたします。