

無料

お申込は講座実施の3か月前までに!

従業員向け 健康出前講座

会議やお昼の時間に!

健康経営として!



「健康出前講座」はあなたの職場に、区役所の保健師や栄養士、歯科衛生士などの専門職が伺い、職場の健康課題にあわせて実施する出前講座です。健康経営の推進として活用してみませんか?

講座実施までの流れ

① 申込み



電子申請またはFAXで申込
講座実施の3か月前までに
お申し込みください

② 打合せ

オンライン可!



出前講座のテーマや日時
を決定

③ 講座実施

所要時間
15~60分程度



保健師等が地域の場に訪問し、
講座を実施。「健康機器」を
活用した実践的な講座も可能

申込先



電子フォームから必要事項を
入力の上お申込みください。

港南区 健康出前講座

検索

講座テーマ例

職場の健康課題にあった
テーマで実施可能!

- 健診結果から未来が見える! 健診結果の見方
- がん検診 なぜ受けた方がいい?
- 私の骨は大丈夫? 骨密度を測ってみよう!
- 仕事のパフォーマンスを上げる! 基本の食事
- からだの健康はお口から! 口腔ケアのポイント
- 姿勢チェックで肩こり・腰痛予防!

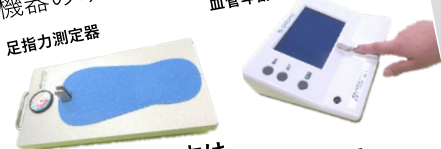
講座と一緒に横浜健康経営認証継続や
ランクアップの相談も可能!

健康機器の活用も可能!

健康機器を使用した講座も可能!
機器のみの貸出も行ってます。

足指力測定器

血管年齢測定器 etc...



貸出希望の方は
別途案内チラシをチェック!

問合せ先

☎045-847-8436

港南区福祉保健センター 福祉保健課健康づくり係