

FAX番号 076-264-7206

かがやき健康企業宣言 職場における健康出前講座申込書

◆下記より希望する講座に○を記入し、申込書に必要事項をご記入の上、FAXにてお申し込みください。

◆1事業所様1つのテーマでの開催となります。

◆本講座の申し込みは「かがやき健康企業」に宣言している事業所が対象となります。

いずれか1つに○を
記入してください

講座名		訪問	ZOOM
運動	① 腰痛・肩こり予防のための軽運動（イス編）		
	② 腰痛・肩こり予防のための軽運動（床編）		
	③ 心身リラックス ヨガ講座（イス編）		
	④ 心身リラックス ヨガ講座（床編）		
	⑤ 筋力・サーキットトレーニング ※着替え準備推奨		
測定 (定員15名まで)	⑥ 体成分測定機を用いた測定と改善のための運動		
	⑦ 測定機器を用いた体力測定と体力増強のための運動		
食事	⑧ ビジネスパーソンのための食事・栄養学		
睡眠	⑨ 快適な睡眠で仕事のパフォーマンスを高めよう		

申込日：令和 年 月 日

フリガナ	
事業所名	
所在地（訪問場所）	
電話番号	
フリガナ	
ご担当者氏名	
メールアドレス	@
講座希望日時 ※3週間前までに提出してください。 ※実施期間は令和4年3月31日までです。	第1希望：令和 年 月 日（ ） : ~ :
	第2希望：令和 年 月 日（ ） : ~ :
	第3希望：令和 年 月 日（ ） : ~ :
参加予定人数	
その他連絡事項等	

※申込後、本業務を委託する事業者より連絡がありますので、日程調整等行ってください。

※本申込書の記載内容については本業務を委託する「公益財団法人 北陸体力科学研究所」へ提供させていただきます。

※講座受講料、講師派遣料は無料ですが、訪問の場合の受講場所（会議室等）については事業所様にてご用意ください。

※運動講座は受講者の体調等に十分ご配慮ください。また、受講時の負傷等については事業所様にてご対応をお願いします。

※訪問による講座は必ずマスクの着用をお願いいたします。