

受講料無料

# 働く人の 健康づくり講座

働く私たちの健康づくりについて、一緒に考えてみましょう！

## 講演会

「今日から始めよう！

食生活チェックで、健康な体づくり」

講師 食のアトリエbene 代表

伊藤 孝子 氏

## 健康的な食生活、できていますか？

今回の講座では、「コンビニでの商品の選び方」など、身近なテーマで働く人の食生活改善につながる講演会を実施します。  
“職場のみんなが進める健康づくり”のヒントを得られる講座となっています。  
是非、ご参加ください！

## 健康づくり活動表彰式・ 事例発表

発表事業所

社会福祉法人 吾郷会（美郷町）

日時

11月22日（月）  
13:30～16:00

## グループワーク

職場で取り組む健康づくりの  
アイデアを一緒に考えましょう

川本合同庁舎 501会議室

邑智郡川本町大字川本265-3

お申込みは裏面の申込書を11/15（月）までに下記へFAXしてください

浜田労働基準監督署 監督・安衛課 FAX 0855-22-1819

（講座実施についてのお問い合わせはこちらへ 島根県県央保健所 健康増進課 電話 0854-84-9820）

# 令和3年度 大田圏域 働く人の健康づくり講座 参加申込書

事業所名	
参加者名	
連絡先 TEL	

※参加にあたっては、体調チェック・マスク着用等、感染症予防にご協力ください。