**「出前健康講座」申込書（FAX送信票）**

**備前市役所　保健課　健康係　行**

**FAX：０８６９－６４－１８４７／TEL：０８６９－６４－１８２０**

|  |  |
| --- | --- |
| 企　業　名 | 担当者： |
| 住　　　所 | 〒　　　　　　　　　備前市 |
| 連　絡　先 |  |
| 希　望　日　時 | ①　　　年　　 月　　 日（　　）　　時　　分から　　時　　分  ②　　　年　　 月　 　日（　　）　　時　　分から　　時　　分  ③　　　年　 　月　 　日（　　）　　時　　分から　　時　　分 |
| 場　　　所 |  |
| 参集予定人員 | 名 |
| 希望するテーマを  お選びください。 | ＜①からだを知ろう！＞  □　健診結果について  □　血圧について  □　糖尿病・脂質異常症について  ＜②からだを見える化！＞  □　筋肉量や体脂肪などの測定  ＜③メタボ改善！＞  □　職場での簡単ストレッチ　などの運動講座  ＜④歯周病は大丈夫？＞  □　歯が命　歯磨きの基本とは？  ＜⑤今日の食事はどうする？＞  　□　かしこく選んで無理なく減量  □　あなたの食事バランスサッと（SAT）診断します    ＜⑥禁煙のコツ！＞  □　知らないと損するたばこの話  ＜⑦そのお酒の飲み方要注意！＞  　□　お酒の適量について  ＜⑧働く人のこころの健康＞  □　こころの健康チェック  □　ゲートキーパー養成講座  ＜その他のご希望＞  （　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　） |

申し込みいただきましたら、担当者から連絡いたします。