**「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。