

参加
無料(一財)北九州市教職員互助会
令和4年度 健康管理セミナー 参加申込書共通事項：【参加対象】互助会会員（正規教職員・再任用フルタイム職員）【服務】職免【負担金】無料
【担当事業者】西日本産業衛生会 【問い合わせ先】北九州市教職員互助会 093-941-5897

お申込はこちらから



WEB 申込できます

互助会ホームページ会員サイトよりお申込みください。
(事前に会員サイト利用登録をお願いします。)

※申込締切：6月6日（月）書類必着

参加ご希望の方は、①WEB 申込（互助会ホームページ会員サイト）または ②申込書送付（FAX 可）どちらかの方法でお申込みください。（申込が重複しないようご注意願います。）
応募多数の場合は抽選により決定し、各所属長および申込者に通知します。（所属宛てに送付）

所属名	職員番号	氏名

ご希望の講座の申込欄（太枠）に○印をご記入ください。（複数講座の申込みも可）

講座名	開催日時	内容	定員	申込欄
①介護予防教室 会場：小倉リーセントホテル	7月21日（木） 13：00～15：30	・講演「介護の基礎知識」 ・介護実習「車椅子の操作方法」	20	<input type="checkbox"/>
②筋力アップ講座 会場：小倉リーセントホテル	7月22日（金） 13：30～15：30	・講演「筋力アップの生活習慣」 ・運動実践「ピラティス」	30	<input type="checkbox"/>
③体力測定会&体力アップ講座 会場：西日本産業衛生会 八幡健診プラザ	7月27日（水） 13：30～16：40	・講演「健康と体力」 ・体力測定 （ツーステップテスト・開眼片足立ち・閉眼片足立ち・座位ステップング・ファンクショナルリーチ） ・運動実践「動ける体づくり」 ・Inbody 体成分測定（希望者のみ）	30	<input type="checkbox"/>
④快適睡眠とマインドフルネス講座 会場：小倉リーセントホテル	8月23日（火） 13：30～15：30	・講演「睡眠と健康」 ・瞑想体験・ヨガ 「マインドフルネス体験」	30	<input type="checkbox"/>

※この用紙に記入された個人情報、法令・条例および互助会個人情報保護規程にもとづき適正に運用・管理し、使用目的終了後は互助会が責任をもって廃棄します。