

ヘルシー出前講座申込書（職場用）

（宛先）保健予防課長

以下のとおり申込みします。

申込日 2026年 4月 3日

職場名		ヘルシー建設	
担 当 者	ふり 氏 名	あきた はなこ 秋田 花子	
	連 絡 先	秋田市 八橋南一丁目8-3 電話番号（携帯可） 018-883-1178	
開 催 日 時 ※5月～3月 月～金（祝日除く） 9:30～16:30		<第1希望>	午前・午後 2026年 6月 9日（火） 10時00分～11時00分
		<第2希望>	午前・午後 2026年 7月 7日（火） 10時00分～11時00分
会 場		ヘルシー建設 会議室	
内 容 （※この中から一つ選び○で囲んでください。講話時間は概ね1時間です。）		（1）知って得するがん予防 （2）今が始め時！生活習慣病予防 （3）防ごう生活習慣病～食事のポイント～ （4）健康で良質な骨をつくるコツ ～骨粗しょう症予防 食事編～ （5）噛めるお口でアンチエイジング ～お口のお手入れ+αで健口に～ （6）毎日の生活に取り入れたい運動習慣（軽体操あり） （7）守ろう大切ないのち～あなたも誰かのゲートキーパー（心の健康）～ （8）たばこと健康 ～喫煙による健康被害と受動喫煙防止対策～ （9）働く女性の健康づくり ～ホルモンバランスの変化による不調との付き合い方～	
参加者予定者の年代・人数		20歳代～ 60歳代 20名	

<申込みにあたっての注意事項>

- ・この申込書は職場単位での申込み用です。それ以外の方は、一般用をご利用ください。
- ・実施を希望する日の2か月前までに郵送、FAX、メールでお申込みください。
- ・業務の関係でご希望どおりの対応ができない場合もありますので、予めご了承ください。申込書受理後、担当者からご連絡します。
- ・公の秩序を乱したり、政治・宗教または営利を目的とした催しなどは申込みができません。
- ・本講座は無料です。ただし、会場使用料や資料印刷費など、行事運営に必要な費用は申込団体でご負担ください。
- ・回答文書が必要な場合はお申し出ください。

<申込み・連絡先>

〒010-0976 秋田市八橋南一丁目8-3 秋田市保健所 保健予防課 健康・栄養担当
 電 話：018-883-1178 FAX：018-883-1173
 E-mail：ro-hlpr@city.akita.lg.jp

【事務処理欄】 ※記入不要

従事日	年 月 日 ()
従事者名	()