

令和5年度 大田圏域地域・職域連携推進事業

# 働く人の健康づくり講座

## 日時

2023年11月1日(水)

13:30～16:00(受付 13:15～)

## 会場

大田総合体育館 競技場

(大田市大田町大田口1451番地)

## 定員

先着 80 名様

参加費  
無料

## 服装

- ・動きやすい服装  
(ベルトやワイシャツ NG)
- ・体育館シューズ

第1部 令和5年度健康づくり活動表彰事業表彰式・  
令和4年度受賞事業所取組事例発表

発表  
事業所

- ・山興緑化有限会社
- ・イワタニ島根株式会社
- ・社会福祉法人  
大田市社会福祉事業団

令和4年度  
受賞事業所

第2部 手軽にセルフケア  
職場で実践できるヨガ講座

講師

藤田 智美 氏  
(ヨガインストラクター)

大田市を中心に、ヨガインストラクターとして活躍されています。

当日は、職場でも実践できる、椅子に座りながらの呼吸法やヨガについて教えていただきます。

## 申込方法

①または②でお申し込みください。 **締切10月20日(金)**

- ① しまね電子申請サービス  
QRコードを読み込んでください➡
- ② 裏面申込書をFAX



## お問い合わせ

島根県 県央保健所 健康増進課

TEL : 0854-84-9820

MAIL : kenou-hc@pref.shimane.lg.jp

〈主催〉 出雲労働基準監督署、浜田労働基準監督署、島根産業保健総合支援センター、島根県県央保健所  
〈協力〉 大田圏域地域・職域連携推進協議会

※感染症予防の観点から、マスクの着用をお願いします。

また、体調が優れない方は、参加をお控えいただくようお願い申し上げます。

# 令和5年度働く人の健康づくり講座 参加申込書

島根県県央保健所 健康増進課 あて  
※添書不要

FAX 0854-84-9830

法人名			
氏名		性別	男性 / 女性 / 無回答
氏名		性別	男性 / 女性 / 無回答
氏名		性別	男性 / 女性 / 無回答
氏名		性別	男性 / 女性 / 無回答
TEL	※当日連絡がとれる携帯番号		
FAX			
E-mail			

当日のセミナーの内容の参考としますので、以下のことについて教えてください

Q1.	現在、治したい身体の悩みがあれば教えてください。例)腰痛、肩こり
Q2.	参加される方の年代を教えてください。(複数回答可) 10代 / 20代 / 30代 / 40代 / 50代 / 60代以上
Q3	しまね☆まめなカンパニーについて興味・関心はありますか？ 既に登録済 / 特になし / 興味・関心がある⇒

まめなカンパニーについて  
詳しくはこちら ↓



## 【個人情報の取扱いについて】

お預かりした個人情報は、本セミナーの申込受付及び当課主催のセミナー等の案内以外に使用したり、第三者に提供することはありません。