

令和5年度 協会けんぽ京都支部 職場における健康講座
【B 録画配信型の健康講座】申込書

- ◆ A（個別型）の健康講座をお申込みいただいた事業所さまは、A（個別型）のお申込み用紙の中で、録画配信型の健康講座の希望の有無をご記入ください。ご希望いただいた事業所さまには、こちらの健康講座のURLを後日メールでお伝えします。
- ◆ YouTubeでの限定公開配信になります。期間中は何度もご覧いただくことができます。

講座テーマ

—全テーマご覧になることができます—

①	‘いすヨガ’で、心と体のオン・オフ切り替え！
②	「体内時計を整える食事メソッド」 ～時間栄養学でおいしく健康になるコツ～
③	睡眠を整える～睡眠の質改善のカギ～
④	心のトレーニング ～アンガーマネジメントを身につける～
⑤	健康リテラシーの向上でチーム力を高めよう

申込書	事業所名称		担当者氏名	
	住所			
	電話番号		FAX番号	
	健康保険証記号 ※7～8ケタの数字		Eメール	

※公開日が近づきましたらお申込みいただいた事業所さまへ、
Eメールにて動画のURLをお伝えします。

【お申込み・お問合せ先】協会けんぽ京都支部 受託機関

医療法人社団 洛和会
洛和会京都健診センター

TEL 080-2401-8358 / 075-593-7774
FAX 075-502-8716
Eメール hokenshidou_to@rakuwa.or.jp