

働くみなさんの健康を守るために

開催費  
無料

# こころとからだの 健康づくり出前講座

みなさんの働く場所に直接うかがい、  
ご希望される健康講話を実施します

例えばこのような講話を実施できます

メンタルヘルス(こころの健康)に関すること  
生活習慣病予防について  
アルコールとの付き合い方について  
健診結果の見方について

などなど...



対 象：仙北市内の事業所  
時 間：30分程度(要相談)  
人 数：少人数での実施も可  
日時場所：ご依頼のあった事業所  
様とご相談のうえ、  
日程や実施場所を決定  
します

利用までの流れ

仙北市保健課へ裏面FAX様式または  
電話・メールにてお問い合わせください。  
担当者より改めてご連絡いたします。

開催日時・場所・内容についての  
打ち合わせ(1~2回程度)

講座の実施

みなさんが日々働くうえで、からだところが健康なことはとても重要です。  
この機会を活用し、今日からできる健康づくりについて一緒に考えてみませんか？  
ぜひ、気軽にお問い合わせください。

問い合わせ・申込み先

仙北市市民福祉部 保健課

〒014-0392 秋田県仙北市角館町中菅沢81番地8  
TEL 0187-43-2252 FAX 0187-54-1117  
メールアドレス:hoken@city.semboku.akita.jp