

げんきde働くための 健康づくり実践セミナー

平成30年 **2月8日** **木** ~ **9日** **金**

【開催地】 **安全衛生総合会館**
(東京都港区)

事業場内で健康づくりを推進することは、

- 身体機能低下に伴う転倒災害や腰痛を防ぐ
- 生活習慣病に関連した基礎疾患が誘発する労働災害を防ぐ
- メンタル不調を防ぐ など

これらは、みんなが「元気」で「安全」に働く職場づくりにつながります。

本セミナーは事業場で手軽に行える実践指導法を学び、事業場の健康づくり活動の企画に役立てます。



カリキュラム (9:30~17:00)

第1日

- 【講義】元気な心とからだで安全に働くために
- 【実習】転倒リスク評価を含めた身体機能チェックの実際
- 【実習】職場で進める腰痛・転倒を防ぐための運動
- 【実習】ストレス対処に役立つリラクゼーション法

第2日

- 【実習】組織で取り組む健康体操
- 【実習】健康づくりのためのウォーキング
- 【実習】風通しの良い職場にするコミュニケーション
- 【討議】取組み状況の把握と情報交流
- 【演習】職場での今後の取組みについて

対象者 ○衛生管理者・安全衛生担当者 ○産業保健スタッフ(保健師等)
○健康づくり企画担当者 等

定員 **40名**

参加費

- コミュニケーションを円滑にして明るく活発な職場づくりを進めたい。
- イキイキとした働きやすい職場にするための健康づくり活動を企画したい。
- 社員の身体活動量を増やすための運動指導をしたい。

という方におすすめします

区分	正規金額	割引金額(※)
THP登録者	29,830円	割引対象外
賛助会員	29,830円	17,900円
一般	33,430円	20,060円

※参加費の割引金額が対象となる事業場は、常時使用する労働者数が300人未満であり、かつ、労災保険の適用事業場です。詳しくは裏面の※中小規模事業場割引サービスの利用についてをご参照ください。
*参加費には、資料代、消費税8%が含まれています。

単位取得 ○THP指導者登録更新単位5単位
○健康運動指導士・健康運動実践指導者登録更新認定講習会
講義5.4単位 実習6.4単位

研修会の申込方法

中災防げんきde実践セミナー

検索

●Web申込み、または申込書(裏面)に必要事項をご記入の上、FAX・郵送でお申込みください。

**Web申込み
好評受付中!**

お問合せ・お申込み先

中央労働災害防止協会(中災防) <http://www.jisha.or.jp/health/>

健康快適推進部 企画管理課《東京》 TEL 03-3452-2517 / FAX 03-3453-0730



中災防では、働く人の心とからだの健康と安全作業を確保するため

げんきdeワーク ~心とからだリフレッシュ運動~ を推進しています。

働く人の健康づくりに関する最新情報を毎月お届けします(配信無料) メールマガジン「健康づくりほっとニュース」





参加申込書

中災防記入欄

東京 FAX/03-3453-0730

セミナー名 開催日・会場		げんきde働くための健康づくり実践セミナー			
		平成30年2月8日(木)～9日(金) (東京会場)			
参加者	フリガナ	年代について (✓)をご記入ください。			
	氏名	<input type="checkbox"/> 10代 <input type="checkbox"/> 20代 <input type="checkbox"/> 30代 <input type="checkbox"/> 40代 <input type="checkbox"/> 50代 <input type="checkbox"/> 60代以上 THP指導者登録番号 または THP専門研修修了証番号			
	フリガナ	フリガナ			
	事業場	所属部課			
	所在地	<input type="checkbox"/> 勤務先 <input type="checkbox"/> 自宅 (自宅に(✓)を記入の方は上記事業場欄の記入は不要です。)			
	日中連絡先	平日の日中(9:00～17:00の間)に連絡がとれる連絡先をご記入ください。 <input type="checkbox"/> 勤務先(勤務先名) <input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 携帯 TEL ()			

★以下については、**法人(事業場)**でのお申込みの場合のみご記入ください。

連絡担当者	フリガナ	中災防会員について (✓)をご記入ください。			
	氏名	<input type="checkbox"/> 非会員(一般事業場・個人) <input type="checkbox"/> 中災防賛助会員(会員番号下6桁をご記入ください)			
	フリガナ				
	事業場所属部課	事業所規模について (✓)をご記入ください。 <input type="checkbox"/> 50人未満 <input type="checkbox"/> 50～99人 <input type="checkbox"/> 100～299人 <input type="checkbox"/> 300人以上			
所在地	〒 () / FAX () ※受講票はこちらへ送付します ※受講票送付先名称・所在地が、お届けの賛助会員名称・所在地と一致しない場合、賛助会員料金の適用はできません。				

- 参加費について (✓)をご記入ください。(振込手数料はご負担をお願いします)
 - 銀行振込 郵便振替 / 参加費支払い予定日: 月 日
- 請求書について (✓)をご記入ください。
 - 希望しない 希望する(請求書宛名:) ※請求書は連絡担当者様宛てに発送します。
- ※銀行発行の振込金受領書をもって領収書に代えさせていただきます。
- ※なお、別途領収書が必要な方は、各申込先までご連絡ください。

通信欄

- 申込書類到着後、FAXまたは郵便で「正式受付のご連絡」をお送りいたします。
「正式受付のご連絡」では、受付番号・参加費・参加費入金先(振込先)・入金期限等をお知らせいたします。
- 参加費は、原則として研修開催日2週間前までにお振込みください。
- 参加取消の場合は必ずFAXにてご連絡ください。参加費お振込の有無に関わらず、研修開催日を含め7日前～前日までは参加費の30%・開催日当日以降は参加費全額をキャンセル料として申し受けますのでご了承ください。
なお、返金の振込手数料はご負担願います。
- 開催後のご返金は如何なる場合でもお断りしておりますので、ご了承ください。

※中小規模事業場割引サービスの利用について

割引サービスの利用を希望される場合は、以下の□にチェックマーク()をご記入してください。

割引サービスの利用を希望する 割引サービスの利用を希望しない

- ①初めに割引サービスを利用する場合: 直近の「労働保険概算・増加概算・確定保険料申告書(事業主控え)」(労働基準監督署の受付印が入っているもの)の写しを申込書に添付してご提出ください。
- ②2回目以降も割引サービスを利用する場合: 貴事業場の労働保険番号を申込書の所定の欄に記入していただくか、上記①と同じく「労働保険概算・増加概算・確定保険料申告書(事業主控え)」(労働基準監督署の受付印が入っているもの)の写しを申込書に添付してご提出ください。

労働保険番号

★下記の業種分類表から業種をお選びいただき、○印をおつけください。

記号	業種分類	記号	業種分類	記号	業種分類	記号	業種分類
A	農林漁業	F	製造業(化学・石油・ゴム)	K	運輸・通信業	P	洗濯・理美容・浴場
B	鉱業	G	製造業(鉄鋼)	L	卸・小売業・飲食店・宿泊業	Q	廃棄物処理
C	建設業	H	製造業(非鉄金属、金属製品等)	M	金融・保険	R	自動車整備・機械等修理
D	製造業(食料品等)	I	製造業(機械関連)	N	医療・福祉	S	その他のサービス業(建物サービス、警備、派遣等)
E	製造業(繊維、衣服等)	J	電気・ガス・熱供給・水道業	O	教育、学習支援	T	他のサービス業

【個人情報について】

ご記入いただいた個人情報につきましては、中災防が責任をもって管理し、申込みいただいたサービスの的確な提供のために使用するほか、当協会が行なう各種セミナー、出版する図書、コンクールへの応募勸奨、アンケートのご案内、その他公益的な観点からの情報の提供等に利用することがあります。個人情報の二次利用に同意されない場合は□にチェックマークをご記入ください。 **同意しない**