

講師派遣事業・キャラバン隊派遣事業のご案内

# 健康づくりの専門スタッフを派遣します

市町、事業所、団体、グループが実施する健康づくりのための講演会、研修会、教室、勉強会、イベント等に経験豊富な専門スタッフ（保健師・管理栄養士・健康運動指導士）を派遣します。



次のような事業をお手伝いさせていただきます



- ▲ 健康づくりをテーマとした講演会、研修会等への講師派遣
- 健康づくりをテーマとした教室、イベント等へのスタッフ派遣
- ◆ 健康づくり事業の企画、運営、評価の支援
- ▼ その他、主催者の要望に応じて対応

## 《企業様のご利用》

特定保健指導、健康診断後の指導事業、事業推進記念大会講演会、安全衛生大会、新入社員研修会、労働環境対策事業、メンタルヘルス研修会、健康増進プログラム生活体力測定\*、ウォーキングイベント 他



## 《市町・団体様のご利用》

特定保健指導、職員健康管理講座、夏季研修会、介護予防教室、健康増進プログラム\*を活用した生活習慣病予防教室、ロコモティブシンドローム予防講座、健康フェア、AED講習会 他

## 《指導者様のご利用》

特定保健指導者研修会、大学のゲストスピーカー、体育指導員研修会、保健師・栄養士研修会、介護予防従事者研修会、体力測定普及推進員研修会 他



\* 健康増進プログラム…生活習慣についての質問の回答や体力測定の結果をコンピュータに入力すると、健康づくりについてあなただけのオリジナルアドバイス帳票を作成します。



## ★ 派遣実績



スタッフ派遣にかかる基本料金

### ● 講師派遣事業

講演会、研修会等で専門スタッフを派遣する場合  
指導者1名 25,000円(半日3時間以内、交通費込、消費税込)

### ● キャラバン隊派遣事業

イベント等で専門スタッフをチームで派遣する場合  
指導者2名 31,500円(半日3時間以内、交通費別、消費税込)  
(イベントの規模(参加人数)により指導者数は増員が必要です)  
交通費は 別途財団の規定に基づきご請求させていただきます。



まずはお電話でご相談ください

財団法人 兵庫県健康財団 健康指導部

〒652-0032 神戸市兵庫区荒田町2-1-29

URL <http://www.healthy-life21.net/> TEL 078-512-5075

# こんなテーマでお話しました！

## 運動

じっと話を聞いているだけではつまらない！一緒にからだを動かして、楽しくてためになる時間をすごします。

### 大切にしていますか？ 立つ能力、歩く能力

正しい姿勢を保つこと、歩くことの重要性を解説します。

### いつでも、どこでも手軽に ストレッチ

肩こり、腰痛予防対策など、仕事の合間やリラックスタイムにできるストレッチを紹介します。

### ロコモティブ シンドローム

ロコモティブシンドロームとは骨・筋肉・関節などの働きが衰え、日常生活に支障をきたす状態のこと(2007年日本整形外科学会が定義)予防のためのキーワードは「筋力」と「バランス」です。あなたも「ロコチェック」にチャレンジしませんか！

### AED救急救命講習会

「AED」あなたは いざと言うときに使えますか？  
ダミー(人形)を使い救急救命の流れを習得できます。



## 食生活

おいしいものがいっぱいの中、上手に選ぶことが大切な時代です。  
外食やコンビニの上手な利用法、ヘルシーメニューのご紹介などにも対応します。

### 食事のバランスと量を見直そう！

食べ物の「カロリー」ばかり気にしていませんか？  
おいしく食べながら「イキイキ元気になる」食べ方をご提案します。

### かしこく食べてメタボ予防！

メタボ解消には食事のコントロールが欠かせません。  
かしこく食べるポイントを紹介します。

## 健康管理

健診結果の見方や生活習慣の改善方法など健康管理全般に対応します。  
社員研修での健康管理講座やメンタルケアなども人気です。



### 健診結果の見方と 健康管理

健診断結果の見方をご説明し、気をつけるべき病気や生活習慣について説明します

### メンタルヘルスケア セルフケアを大切に

こころの健康管理が注目されています。自己管理講座などを実施しています。

### 女性の健康管理について

乳がんや子宮がん、更年期症状など女性特有の病気や症状についてお話します。乳がんの自己検診の方法なども紹介します。

## キャラバン隊派遣(チーム派遣)



「ひょうご健康増進プログラム」や「体力測定」など参加型のイベントに対応します。みんなで楽しくからだを動かして盛り上がることまちがいなし！商工会まつりや老人クラブ連合会様の研修などでご利用いただいています。

## その他

ご依頼主さまのご要望によりテーマや内容を設定いたします。また、テーマがなかなか思い当たらないなどございましたらお気軽にご相談ください。