

無料

# 事業所向け 出前健康講座

少人数也大歓迎！

会議やお昼休みに！

「出前健康講座」は、区役所の専門職が皆さんの職場にお伺いして健康づくりに関する情報をお伝えします。従業員の皆さんが抱える健康課題を解決するためにぜひ活用してみませんか？



※磯子区限定※  
ピンクリボンリフレクターなど



資料やグッズもご用意します！

数に限りがあります。  
打合せの際に  
調整させていただきます。

## 実施までの流れ

お申込は講座開催の**2か月前**までをお願いいたします。

申し込む

打合せ

講座実施



## 講座テーマの例

がん検診  
禁煙

運動  
食生活

体力測定  
口腔ケア

保健師・栄養士・歯科衛生士が  
ご希望に応じた内容でお話します！



健康機器も活用できます！

まずはご相談ください☎



お申込は電子申請が便利！



問合せ 磯子区福祉保健課 健康づくり係

TEL：045-750-2445 FAX：045-750-2547

E-MAIL：is-teiki@city.yokohama.jp

磯子区 健康経営

