



職場の 健康づくり お手伝いします

対象 砺波市内の企業、団体様

あなたの職場に伺います。

期間限定メニュー

測定体験 令和5年8月～令和6年1月



※ カゴメ「ベジチェック(R)」
数十秒で野菜充足度を測定できます。

職場への取り組みの目的

働いている方は忙しくて、多少調子が悪くても頑張ってしまうがちです。

砺波市では、糖尿病および糖尿病予備群の方が増えています。また、若い世代では野菜摂取量が減少しています。

私たちは、この砺波で働いている方が健康に働き続けられるよう、お手伝いできればと考えています。

テーマ

- 1 あなたの責任ではないかも？
これならできる生活習慣病予防
- 2 実践！ストレスチェックとリラックス法
- 3 その他

時間 20分～1時間程度
(所要時間等は可能な範囲でご要望に応じます。)

お申し込み・お問い合わせは下記までご連絡ください。

砺波市健康センター

砺波市新富町1番61号(市立砺波総合病院北棟2階)
電話 0763(32)7062 FAX 0763(32)7059
メール kenko@city.tonami.lg.jp



企業向け出前講座申込書

令和 年 月 日

砺波市長 あて

申込者 所在地 砺波市
団体名
代表者名

下記のとおり「企業向け出前講座」を申し込みます。

開催日時	令和 年 月 日() 時 分～ 時 分
開催場所	
参加申込み数	名 (男性 名・女性 名) 年齢構成 代～ 代
希望テーマ	
備考 (連絡先)	氏名
	住所 砺波市
	電話

〈 申し込み先 〉 砺波市健康センター
〒939-1395 砺波市新富町1番61号(砺波総合病院北棟2階)
電話 0763(32)7062 FAX 0763(32)7059
Mail kenko@city.tonami.lg.jp