

岡公共第481号

令和元年11月12日

所属所長 殿

公立学校共済組合岡山支部長

(公 印 省 略)

令和元年度健康づくりセミナーの開催について

職員の健康管理の一環として、令和元年度健康づくりセミナー（更年期）を別添要項のとおり実施しますので、事業の趣旨を御理解いただき、貴所属所組合員に周知くださるとともに、参加について、格段の御配慮をお願いします。

【問い合わせ先】

岡山県教育庁福利課健康管理班

薦田（こもだ）

TEL:086-226-7604 FAX:086-223-5517

令和元年度健康づくりセミナー開催要項

- 趣旨
組合員の健康づくりと生活習慣改善を支援するため、「更年期」の観点からセミナーを開催する。
- 対象者
公立学校共済組合岡山支部女性組合員のうち、更年期対処法を学びたい者
- 実施内容
更年期セミナー
※詳細については、別紙チラシを参照

4 開催日時・会場・定員

| セミナー名 | 開催日 | 開催時間 | 会場 | 定員 |
|-------------|--------------------|---------------------------|------------------------------|--------|
| 更年期 セミナー | 令和元年 12月13日(金) | (開場 12:30) 13:00~16:30 | 岡山県倉敷市白楽町 282 倉敷成人病健診センター | 各 50 名 |
| | 令和 2 年 2月14日(金) | | | |

- 参加費 500 円 (税込)

6 申込方法 次のいずれかの方法

| | |
|---------|--|
| FAX | 086-422-6693 |
| | 別紙チラシ裏面の申込書を送信 |
| 郵送 | 〒710-0824 倉敷市白楽町 282 倉敷成人病健診センター セミナー係 あて |
| インターネット | 「おかやま教職員福利厚生ネット」→「組合員専用マイページ」から申込み |

- 申込期限 **令和元年 11 月 29 日(金) 必着**

- 問い合わせ 倉敷成人病健診センター セミナー係
TEL 086-427-3333 (月～土 9:00～17:00)

9 サービスの取扱い

県立学校等の県費負担教職員の方は、「職務に専念する義務の免除」の対象となります。(手続事務を行う担当者は免除の対象外です。)

なお、上記以外の方(市町村立学校の県費負担教職員、県費負担以外の教職員等)のサービスの取扱いについては、各人事担当課等に確認願います。

職場や家庭、
毎日大変だけど

自分に向き合うあなたは、
もっとステキだ。

のぼせ
ほてり
発汗

不眠
めまい
不安感

手足の
冷え

頭痛
腰痛
背部痛

2日間とも同じセミナー内容

対象者：公立学校共済組合岡山支部 女性組合員

2019 12/13 (金) | 2020 2/14 (金) 「健康づくりセミナー(更年期)」

- 13:00～16:30 (開場 12:30) 倉敷成人病健診センター 4階会議室 (岡山県倉敷市白楽町 282)
- 参加費 500円 (税込) ● 骨密度測定は素足での検査になる為、着脱しやすい格好をお勧めします

忙しいオトナのあなたが知っておきたい女性ホルモンの知識

更年期障害を
中心に

- ①女性ホルモンって何? ②我々産婦人科医は女性の更年期をどう捉えているのか?
- ③女性ホルモンの知識を使って自分自身のライフデザインをしてみませんか?

倉敷成人病健診センター
婦人科医師 植田 敏弘 氏

あなたの睡眠は大丈夫? 忙しくても深くたっぷり眠るコツ!

倉敷成人病健診センター 保健師

婦人科がん 知っておきたいカラダのこと

倉敷成人病センター 婦人科医師 澤田 麻里 氏

からだところろを整える メディカルアロマクラフト

倉敷成人病センター 助産師 遠藤 千穂 氏



- メディカルアロマクラフト

<その他>

- 焼き菓子やドリンクを提供
- 検査
 - ・血液検査
 - ・骨密度測定
 - ・問診

フリガナ

氏 名

性 別

生年月日

〒
住 所

電話番号

所属コード

所属名

組合員番号

受講希望日

○ 2019年
12月13日(金)

○ 2020年
2月14日(金)

申し込み方法

- インターネット：「おかやま教職員福利厚生ネット」
→「マイページ」から申し込み

▶ QRコード
はこちら



- FAX：086-422-6693（※本用紙に必要事項ご記入の上、FAXでお送りください）
- 郵送：〒710-0824 岡山県倉敷市白楽町 282 倉敷成人病健診センター セミナー係宛

※申込数が定員を超える場合は抽選とさせていただきます。
また、参加者が10名に満たない場合はセミナーを
中止とさせていただくことがありますのでご了承ください。

申込
締切

2019年
11/29
(金) 必着

<定員>
各日とも
50名

お問い合わせ

倉敷成人病健診センター

セミナー係

TEL:086-427-3333

<受付時間>
月～土 9:00～17:00