令和８年度健康づくりセミナー（個別支援型プログラム）　開催要項

１　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、「運動」の観点からセミナーを開催する。

２　対象者

公立学校共済組合岡山支部組合員のうち、健康づくりと生活習慣改善のための運動の習得を希望する者

３　実施内容

個別支援型プログラム

※「株式会社ルネサンス」に委託しています。

４　開催日時・定員・会場

セミナー名	開催日	会場	開催時間	定員
個別支援型 プログラム	〈１か月コース〉 １月４日（月） ～１月 31 日（日）	倉敷市玉島 745 スポーツクラブ ルネサンス玉島	（月）～（木） 10:00～21:00 （土） 10:00～20:00 （日） 10:00～19:00	50 名

５　申込方法

セミナー名	インターネット	ＦＡＸ：086-223-5517	郵送
個別支援型 プログラム	「おかやま教職員福利厚生ネット」 →「マイページ」から 申込み マイページログイン二次元コード	別紙「健康づくりセミナー申込書」を使用	〒700-8570 岡山市北区内山下 2-4-6 岡山県教育庁福利課内 公立学校共済組合岡山支部 健康づくりセミナー係　行 ※各セミナーＦＡＸ申込時と同じ申込書を御利用の上、郵送してください。

６　申込期限　　個別支援型プログラム　**令和８年１１月２７日（金）必着**

７　服務の取扱い

県教育委員会所管の県立学校等の教職員の方は、勤務時間中の場合、「職務に専念する義務の免除の対象」となります。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）の服務の取扱いについては、各人事担当課等に確認願います。

令和8年度健康づくりセミナー 申込書（個別支援型プログラム）

公立学校共済組合岡山支部　行

FAX:086-223-5517

所属所名		フリガナ 氏名	
組合員番号			
住所※1	〒		

※1　当セミナー決定通知の送付先住所を記入してください。

	E-mail	電話
連絡先※2		（　　）　　－

※2　当方から当セミナーに関する連絡をする場合のメールアドレス、電話番号を記入してください。

申込期限：令和8年11月27日（金）必着

＜次のいずれかの方法でお申込みください。＞

①ｲﾝﾀｰﾈｯﾄ　検索「おかやま教職員福利厚生ネット」→「ﾏｲﾍﾟｰｼﾞ」から申込み

②Ｆ　Ａ　Ｘ　　０８６－２２３－５５１７（当申込書のみFAXしてください。）

③郵　送　　〒７００－８５７０　住所記入不要
岡山県教育庁福利課健康管理班　健康づくりセミナー係

・希望者多数の場合は、抽選により決定します。
・利用開始日１週間前頃に、参加の可否について通知書を住所※１に送付いたします。

マイページ
ログイン
二次元コード
はこちら

〇お問合せ　岡山県教育庁福利課健康管理班　０８６－２２６－７６０４



参加費 **無料**

令和8年度

健康づくりセミナー

健康な運動習慣を応援します！

■個別支援型プログラム■

スポーツクラブ&サウナ ルネサンス 玉島24の施設を利用できます。
（マシン・プール・スタジオプログラム・サウナ等）

冬コース（1/4～1/31） 定員50名

2回の個別支援 ＋ 4回の施設利用

岡山県教育庁福利課内 公立学校共済組合岡山支部　TEL：086-226-7604

個別支援型プログラムの流れ

初回利用日から2回の個別支援により、
ライフスタイルや目標に合わせて1人1人に合った
ルネサンス玉島の活用法をご提案します。



プログラム内容

チェック1 スポーツクラブルネサンス玉島で、トレーナーによるマンツーマンのカウンセリングを2回受講できます。

チェック2 体成分測定結果をもとに、あなたにあったフィットネスプランを作成します。
生活習慣改善につながるライフスタイルの提案をします。



チェック3 スポーツクラブルネサンス玉島の施設が全てご利用いただけます。

チェック4 2回目の測定でからだの変化をチェックし、今後のライフスタイルの提案をします。

個別支援①

<初回利用時>
- 体成分測定・カウンセリング
- 目標設定
- 運動支援

個別支援②

<最終利用時>
- 体成分分析・カウンセリング
- 今後のアドバイス



実施するスポーツクラブ

スポーツクラブ&サウナ ルネサンス 玉島24　倉敷市玉島745

086-522-7666

P 駐車場140台完備

月～木 10:00～21:00　土 10:00～20:00　日 10:00～19:00　休館日/毎週金曜日

※令和8年12月30日(水)～令和9年1月3日(日)は年末年始休館となります。






ジム・スタジオ・プール・サウナ・シャワー・リラクセーション等全ての施設がご利用いただけます。

対象 公立学校共済組合岡山支部組合員

準備物 運動できる服装、タオル、運動靴（室内用）、飲み物（自動販売機有）

申込方法 FAX、郵送…「健康づくりセミナー申込書」によりお申込みください。
WEB……「おかやま教職員福利厚生ネット」で検索➡
「マイページ」からお申込みください。
※希望者多数の場合、抽選により決定します。
※利用開始日の１週間前頃に決定通知書を送付いたします（ルネサンスより送付）。

申込締切 令和8年11月27日(金)

二次元コードはこちら

お問い合わせ 岡山県教育庁福利課内 公立学校共済組合岡山支部 TEL:086-226-7604 FAX:086-223-5517