

令和7年度 働く世代のための出張健康講座 募集要項

1. 募集目的

近年の国及び県の調査等から、働く世代の肥満の増加や運動習慣の減少などが報告されています。食事や運動などの生活習慣を改善することにより、糖尿病や高血圧といった生活習慣病等の予防に効果があるといわれています。これらのことから、働き盛りの方々に、健康に関心を持ち積極的に健康活動に取り組んでいただくため、各種団体・グループ等に対して生活習慣病予防等の出張講座を実施します。

2. 募集対象 福井市内に在住または勤務する概ね18～64歳までの人で構成されている企業等。

3. 講座の内容及び時間

【講座内容】 以下のいずれか

- (1) 生活習慣病(メタボリックシンドローム、糖尿病、脂質異常、高血圧等)の予防や健康増進のための食事及び運動について
- (2) 歯周疾患の予防等、口腔衛生について
- (3) たばこの害
- (4) 薬の服用法等、薬に関する知識
- (5) 心の健康、ストレス対策
- (6) ふくふく健康101について(スマホ de 健康ポイント等)

【講座時間】

30分～1時間程度

4. 講師 保健師、管理栄養士、健康運動指導士、歯科衛生士、薬剤師等

5. 応募方法

「働く世代のための出張健康講座申請書」に必要事項を記入して下記の方法でお申し込みください。
後日、担当者から講座内容等について連絡いたします。

- (1)持参または郵送 〒 910-0853 福井市城東4丁目14-30
福井市健康管理センター 成人保健係 宛
- (2)FAX 0776-28-3747
- (3)メール hoken@city.fukui.lg.jp

6. 応募の注意点

- ① 団体・グループは、概ね10名以上とします。(10名未満の場合は要相談)
- ② 申請書の提出は、希望日の1か月前までにお願いします。直前の申込はお断りさせていただく

場合もありますのでご了承ください。(申請書には第3希望日まで記載いただいておりますが、開催日程が確定していて調整不可の場合、余裕をもってご相談ください。)

7. 費用 無料

8. 募集時期 令和7年6月から申し込み開始

9. 実施日時 令和7年6月～令和8年2月末
9時30分～19時30分の間(日曜日、祝日、年末年始を除く)

10. 実施場所

会場については、福井市内に限ります。手配・準備をお願いします。福井市健康管理センター、清水健康管理センターを利用することもできます。

11. その他

応募の際にいただいた個人、及び団体・グループの情報については、本事業以外には使用することはありません。実施回数については、1 団体・グループにつき年度内 1 回限りとさせていただきます。

12. 問い合わせ先

福井市健康管理センター 成人保健係
TEL 0776-28-1256