

# 令和3年度 企業向け健康講座

～あなたの職場に馳せ参じます！～



テーマ



参加者全員に健康づくりグッズ1種類を  
プレゼント！

(歯ブラシ、ストレッチチューブ、健康タオル)

## 職場“改革”大作戦！

最近なんだか体型が  
気になってきた…



健康づくりで職場みんなの  
モチベーションを上げたい！

ランチタイムに  
ためになる話  
が聴きたい  
なあ



私達が職場に出向き、皆さんの健康づくりを応援します！

※内容については、ご相談に応じます。



◆ 対象者

市内に所在する事業所及び企業の職員

◆ 会場

会場は申込者でご用意ください。(奈良市内の会場に限る)

◆ 日時

講座の所要時間は1～2時間程度です。  
開催日は令和4年3月31日までとなりますので、  
日時については、お気軽にご相談ください！

◆ 問い合わせ  
・申し込み

奈良市健康医療部 健康増進課

〒630-8122 奈良市三条本町13番1号 はぐみセンター3階

TEL:0742-34-5129/FAX:0742-34-3145

メール:sma-nara@city.nara.lg.jp

申込締切:開催日の2か月前まで