

＼ 専門職が職場に出向き、みなさんの健康づくりを応援します！ ／

『働く人の元気』は、 会社の元気



健康づくりで職場の
モチベーションを上げたい



そんなときは…

『出張型健康講座』をご利用ください！

保健師・管理栄養士・歯科衛生士などの専門職が分かりやすくお話しします♪
参加者全員に健康づくりグッズをプレゼント！

従業員の
健康を守りたい

最近、おなかポッコリ
の人が多いかも…



1

講座の条件を確認

- 【対象】奈良市内に所在する事業所・企業
- 【会場】申込者でご用意ください(奈良市内の会場に限る)
- 【日時】令和8年3月13日までの希望される日時(講座の所要時間は1～1時間半程度)
- 【申込締切】開催日の2か月前まで

2

希望する講座内容を選ぶ

- ☐ 健康管理のヒント ～今日から出来るからだチェック～
- ☐ おいしく食べて太らない食べ方教えます
- ☐ お口は健康の入り口！～さわやかなお口で笑顔キラリ～

3

申込専用フォームまたは申込書(裏面)を健康増進課へ提出して申し込む
(申込書の提出方法: メール・FAX・郵送・持参)

<申込専用フォーム>



※講座の申し込みは、年度内に1回限りとさせていただきます。

※お申し込み後、担当者よりご連絡させていただきます。



奈良市 健康医療部 健康増進課

〒630-8122 奈良市三条本町13-1 はぐくみセンター3階

TEL: 0742-34-5129 FAX: 0742-34-3145 mail: sma-nara@city.nara.lg.jp

令和7年度出張型健康講座 申込書

『働く人の元気』は、会社の元気

<お申込み方法>

- ・ 希望日の2か月前までに健康増進課までお申し込みください。
- ・ 下記の必要事項を記入して、健康増進課へメール、郵送、FAXまたは持参でご提出ください。

申 込 書	
令和 年 月 日	
(宛先) 奈良市長	
事業所名	
ふりがな	
代表者 氏名	
住所	
TEL/FAX	
e-mail	
担当者 氏名	部署

下記のとおり申し込みます。

希望する内容に チェック (複数選択可能)		☐ 健康管理のヒント ～今日から出来るからだチェック～ ☐ おいしく食べて太らない食べ方教えます ☐ お口は健康の入り口！～さわやかなお口で笑顔キラリ～
第1希望日		年 月 日 (曜日) 時 分から 時 分まで (必ず第2希望日までご記入ください)
第2希望日		年 月 日 (曜日) 時 分から 時 分まで
会場	名称	
	所在地	
参加予定者数		人数： 人 (男性： 人、女性： 人) 年齢層： 20歳代・30歳代・40歳代・50歳代・60歳代・70歳代
職場の業務内容		
備考 (特記事項がある場合、ご記入ください)		

提出先：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 はぐくみセンター 3階

TEL：0742-34-5129/FAX：0742-34-3145/メール：sma-nara@city.nara.lg.jp