

健康づくり研修及び健康づくり講座を実施します

共済組合では、組合員を職場、各市町民のリーダーとして育成する「健康づくり研修」、組合員に対する生活習慣病対策、健康の保持増進及び生きがいある生涯健康生活の構築を目的とする「健康づくり講座」を開催します。

健康づくり研修（年3回）

開催場所：長崎県市町村職員共済会館

開催時期（予定）：7月、8月、10月

講演項目：休養・こころの健康づくり



健康づくり講座

○所属所依頼形式

共済組合が医師や大学教授と講師委託契約を結び、所属所からの要望により講師を派遣し実施します。

所属所での職員研修と併せての開催も可能であり、昨年度は12所属所（32講演）において実施しました。

○地区別開催形式（各地区1回ずつ計4回）

開催場所：長崎地区、県北地区、県央・大村・東彼地区、島原・雲仙・南島原地区

開催時期（予定）：7月から10月

講演項目：

- 身体活動、運動について
- 歯周病について
- 食生活について