

職場の健康づくり DVD貸出 申込書

申込年月日

年

月

日

会員番号							会費 納付年月日	年	月	日	
事業所所在地	〒						TEL	()	—		
							FAX	()	—		
事業所名							フリガナ				
							担当者名				
視聴対象者	男性	約	人	年齢層	歳から 歳ぐらいまで						
	女性	約	人								
貸出希望期間	年 月 日 () ~						年 月 日 ()				

※貸出期間終了後は、速やかに返納してください。

希望するDVDの
貸出希望欄に必ずをして下さい。



※ビデオテープではありません。
※貸出期間は1週間～10日間が目安となります。

貸出希望	No.	シリーズタイトル	タイトル	時間
	1	元気な職場をつくるメンタルヘルス 全2巻	第1巻 自分でできるストレス対処法 4つのケアとソーシャル・サポート	24分
	2		第2巻 心を楽にするセルフケア 考え方のクセに気づこう	25分
	3	わかったつもりでいませんか？ セクハラ対策の新常識 全2巻	第1巻 セクハラになる時、ならない時（基礎編）	24分
	4		第2巻 あなたならどうする？（応用編）	25分
	5	メタボリック・シンドロームを予防する	ボディ・デザイン体操	16分
	6	働く人の睡眠と健康 全2巻	第1巻 あなたの睡眠、足りてますか？ ～睡眠不足と睡眠障害～	25分
	7		第2巻 快眠習慣のための10の方法 ～ぐっすり眠りたい、よりよく眠りたい～	25分
	8	Kenko Café Story 全4巻	Vol.1 はじめてのウォーキング&ジョギング	31分
	9		Vol.2 若々しい体をキープ！エクササイズ&ダイエット	33分
	10		Vol.3 Good-bye ストレス	29分
	11		Vol.4 正しく知れば怖くないがんのお話	26分
	12	夏の熱中症・冬のヒートショックに気をつけよう		42分
	13	ちょちょいのちょいトレ2.0 毎日筋活部筋肉を育ててメタボを予防しよう		60分
	14	トータル・ヘルスプロモーションのための健康サポート体操		60分
	15	元気な職場をつくるメンタルヘルス 全4巻	自分でできるストレス・コントロール	25分
	16		ストレス・コーピングによるセルフケア	26分
	17		ストレスチェックを活用したセルフケア	25分
	18		部下が休職する前にできること	25分

お申込みはFAX又は郵送で… 〒730-0011 広島市中区基町11-13 合人社広島紙屋町アネクス8F
FAX (082) 224-1330 TEL (082) 224-1321 (一財) 広島県社会保険協会