

働き盛り世代向け 出前講座のお知らせ一覧

**従業員の健康が 会社を元気にします。
大切な従業員のために、職場で健康づくりの
出前講座を依頼してみませんか？**

働き盛り世代からの

ちょっとした心がけで



生活習慣病を予防

することができます



専門職や健康推進員^{*1}が事業所に出向いて
講演や啓発をします。



お昼休みなどに企画し従業員の健康度UPに
活かしてください。



簡単アドバイスで 従業員を健康に 元気な社会に



滋賀の健康づくりキャラクター
「滋賀のハグ&クミ」

*1 健康推進員は、地域住民の生活習慣病予防や健康づくりを推進するためのリーダーとしてボランティア活動を行っている団体です。

従業員の健康づくりに関するフローチャート

この一覧をご覧いただく前に、フローチャートをご利用ください。



従業員に健康教育を行いたい

いいえ

まずはP14へ

はい

テーマや内容を決めている

いいえ

P15を参考に、該当する窓口にご相談ください。
併せてP14もご活用ください。



はい

この一覧を活用して、各団体へ

直接申込み・相談ができます！！

テーマに沿う内容が掲載されていない場合は、P15 相談窓口をご覧ください。

★併せてP14もご活用ください★



はい

従業員の健康課題を把握している

いいえ

まずは各保険者にご相談ください。
相談一覧はP15へ

湖南圏域の出前講座等一覧

希望される事業所は、別添の申込書により直接お申込みください。
後日担当者よりご連絡させていただき、日程等の打ち合わせをさせていただきます。



【草津市・栗東市・野洲市内の事業所】

	内容	テーマ	所用時間	実施団体	申込先	担当	参加者数	曜日	実施時間	費用	WEB配信	その他
1	講演	意外と知られていない、噛み締めによる歯の破壊(咬合)	50分	申込書①	草津栗東守山野洲歯科医師会事務局 TEL:077-581-3355 FAX:077-581-33370	藤田	上限なし	原則木曜日(亦相談)	終日	有料(要相談)	○	・会場費や備品等は申込み団体様負担でお願いします。 ・会場、プロジェクトを用意下さい。 ・開催日の2か月前までお申し込み頂きますよう、ご協力お願いします。 ・開催候補日は複数ご用意下さい。 ・講演テーマ、内容につきましては事前に打ち合わせさせて頂きまます。
2	講演	歯を失わない、簡単予防法(むし歯、歯周病)	50分	草津栗東守山野洲歯科医師会							○	
3	講演	糖尿病と歯周病、その密接な関係(口腔ヒ全身)	50分	申込書②	滋賀県歯科衛生士会 TEL:077-526-8010 FAX:077-526-8020 ※電話は、火曜と金曜の9:30~12:30	上野	上限なし	平日(要相談)	10:00~16:00	10,000円(交通費込)	要相談	・開催日の2か月前を目安にお申し込みください。開催候補日は第3希望までご記入ください。
4	講演	退職後に後悔しない働き盛りのお口づくり	60分	滋賀県歯科衛生士会							×	
5	講演	働き盛り世代の健康管理	60分	申込書③	滋賀県栄養士会 ケア・ステーション TEL:077-581-1366 FAX:077-558-6617 E-mail:info@shiga-ad.or.jp	事務担当	要相談	要相談	1講演1時間～1時間半	1時間10,000円(交通費別)	×	・会場、プロジェクトは事業所で用意して下さい。 ・交通費別途支給
6	講演	特定保健指導者対象の栄養	60分	滋賀県栄養士会							×	
7	料理教室	一般対象と疾病予防の為の料理講習	180分								×	・調理実習室の確保をお願いします。 ・食材購入搬入は別途相談 ・材料費は別途微収 ・交通費は別途微収

【草津市・守山市・栗東市・野洲市内の事業所】

内容	テ一マ	所用時間	実施団体	申込先	担当	参加者数	曜日	実施時間	費用	WEB配信	その他
8 講演 禁煙出前講座		60分	滋賀県薬剤師会 びわこ薬剤師会 守山野洲薬剤師会	滋賀県薬剤師会 TEL:077-565-3535 FAX:077-563-9033	地域保健担当者	上限なし	金曜日	要相談	5,000円 (交通費別)	要相談	・会場費や備品等は申込団体負担 ・お申込みは、開催日の2か月前を目標にお願いします。 ・開催候補日は複数をご用意ください。
9 講演	かかりつけ薬局の機能 健康食品・サプリ・OTC との付き合い方	60分	申込書⑤							要相談	・会場費や備品等は申込団体負担にてご負担ください。
10 講演	そういうことだったのか ジェネリック医薬品	60分		ひわこ薬剤師会 TEL:077-598-5291 FAX:077-598-5292 (草津市・栗東市) ※TELは午前のみ						要相談	・お申込みは、開催日の2か月前を目標にお願いします。 ・開催候補日は複数をご用意ください。
11 講演	お薬手帳の役割 電子 お薬手帳やマイナン バーカードの活 用方法	60分	びわこ薬剤師会 守山野洲薬剤師会							要相談	・会場費や備品等は申込団体負担にてご負担ください。
12 講演	薬のプロが教える 副 作用、相互作用、くす りのリスク	60分								要相談	・会場費や備品等は申込団体負担にてご負担ください。
13 講演	身近に潜むくすりのトラ ブル オーバードーズ、 うつかりーピンゲ	60分								要相談	・会場費や備品等は申込団体負担にてご負担ください。

【草津市・守山市・栗東市・野洲市内の事業所】

No.	内容	テーマ	所用時間	実施団体	申込先	参加者数	曜日	実施時間	費用	WEB配信	その他
14	講演 認知症(若年性認知症を含む)に関する企業向け出前研修	60分程度	滋賀県	滋賀県南部健康福祉事務所 (草津保健所) TEL:077-562-3526 FAX:077-562-3533 mail:ea30@pref.shiga.lg.jp	申込書⑥	1か所あたり、10名以上 要相談	要相談		無料	○	・日程については、申込書に第3希望までご記入ください。派遣する医師と日程調整を行い、連絡させていただきます。 ・医師派遣の場合は、この受講を希望される場合は、この研修の申込書にてメールまたはFAXによりお申し込みください。

【草津市内事業所のみ】

No.	内容	テーマ	所用時間	実施団体	申込先	参加者数	曜日	実施時間	費用	WEB配信	その他
15	啓発 糖尿病予防啓発	パネル 10分	草津市健康推進員 連絡協議会事務局 (草津市健康増進課内) TEL:077-561-2323 FAX:077-561-0180	申込書⑦	～30人				×	×	・糖尿病予防についてメタボバスの寸劇を用いてお話しします。 ・ジユースに含まれる砂糖の量を知つていただけます(ブース)。
16	啓発 運動啓発(くさつ健康 はつらつ体操)	車・津市 健康推進員連絡協議会 5～10分	平日	10:00～15:00	～50人				×	※YouTubeからご覧いただけます。 ※貸出し用CDあります	・草津市民歌にあわせた体操を行います。(くさつ健康はつらつ体操)

【守山市内事業所のみ】

No.	内容	テーマ	所用時間	実施団体	申込先	参加者数	曜日	実施時間	費用	WEB配信	その他
17	啓発 野菜350gや減塩、禁煙等に関する啓発	30～60分	守山市 健康推進員連絡協議会 (守山市すこやか生活課内) TEL:077-581-0201 FAX:077-582-1138	申込書⑧	30人	平日	10:00～15:00	交通費と実費	×		・守山市内の企業等に限る。 ・会場、プロジェクトは事業所で用意してください。



出前講座 申込書

令和 年 月 日

草津栗東守山野洲歯科医師会 会長 様

以下のとおり申込みます。

申込者	事業所の名称			
	所在地			
	担当者名			
	TEL			
	FAX			
	E-mail			

希望テーマ ※希望するテーマに○印 を付けてください。	()	意外と知られていない、噛み締めによる歯の破壊（咬合）		
	()	歯を失わない、簡単予防法（むし歯、歯周病）		
	()	糖尿病と歯周病、その密接な関係（口腔と全身）		
希望日時	第1希望	令和 年 月 日()	:	～ :
	第2希望	令和 年 月 日()	:	～ :
	第3希望	令和 年 月 日()	:	～ :
手段 ※対面希望の場合は、場所をご指定ください	対面	場所:	WEB	
参加予定人数	約 名			

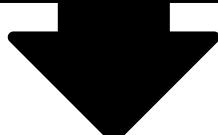
※開催日の2か月前までにお申し込み頂きますよう、ご協力お願いします。

※開催候補日は複数ご用意下さい。

草津栗東守山野洲歯科医師会

F A X

077-581-3370





出前講座 申込書

令和 年 月 日

(一社)滋賀県歯科衛生士会
会長 土屋 奈美 様

以下のとおり申込みます。

申込者	事業所の名称				
	所在地				
	担当者名				
	TEL				
	FAX				
	E-mail				

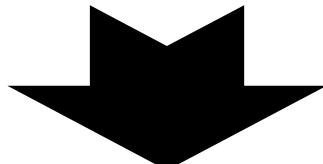
テーマ	退職後に後悔しない働き盛りのお口づくり				
希望日時	第1希望	令和 年 月 日()	:	~	:
	第2希望	令和 年 月 日()	:	~	:
	第3希望	令和 年 月 日()	:	~	:
場所					
参加予定人数	約 名				

※希望日時は、第3希望まで記載していただきますよう、お願いいいたします。

※希望日時は、調整の都合上、申込日から2か月先を目安に記載してください。

(一社) 滋賀県歯科衛生士会 (上野) あて

FAX 077-526-8020





出前講座 申込書

FAX送信票

滋賀県栄養士会ケアステーション あて

FAX：077-558-6617

令和 年 月 日

滋賀県栄養士会ケアステーション

担当者 様

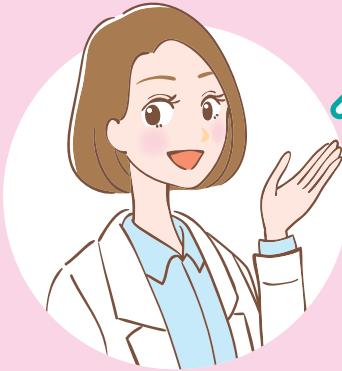
以下のとおり申し込みます。

申込者	事業所の名称			
	所在地			
	担当者名			
	TEL			
	FAX			
	E-mail			

希望テーマ <small>*希望するテーマに○印</small>	()	講演	働き盛り世代の健康管理と栄養		
	()	講演	特定保健指導者対象の栄養		
	()	料理教室	一般対象と疾病予防の為の料理講習		
希望日時	第1希望	令和 年 月 日 ()	:		～ :
	第2希望	令和 年 月 日 ()	:		～ :
	第3希望	令和 年 月 日 ()	:		～ :
場所					
参加予定人数	約 名				

*希望日時は、第3希望まで記載していただきますよう、お願いいたします。

*希望日時は調整の都合上、申込み日から1か月先を目安に記載してください。



薬剤師が
お伺いします!

禁煙支援



出前講座の案内

大丈夫ですか? 受動喫煙対策!

改正健康増進法が施行され『望まない受動喫煙防止』は、マナーからルールへと変わりました。
「受動喫煙防止やその対策について知りたい」
「タバコについて聞いてみたい」
「禁煙に取り組むきっかけになれば…」

そんな皆さんのもとへ、薬剤師が出前講座に伺います。ぜひご利用ください。

利用案内

- | | |
|-------------|--|
| Q 申込みできるのは? | A 滋賀県内にある事業所、自治会、グループなど、一般県民を対象としています。 |
| Q 開催時間は? | A 概ね1時間程度です。開催日時に関しては、ご相談に応じます。 |
| Q 会場は? | A 会場は滋賀県内とし、会場の手配、当日の受付および進行などは全てお申し込み団体でお願いします。 |
| Q 費用は? | A 講師料5,000円(1時間を超える講演や複数名の講師派遣の場合は要相談)、講師交通費(実費相当額)、会場借上料などは申込者でご負担をお願いします。また、内容によっては、講座に必要な備品等の費用を負担していただく場合がありますので、本会までご確認をお願いします。 |
| Q 申込み方法は? | A 下記申込書記入の上FAX、または申込内容を記載の上メールにてお申し込みください。電話、窓口でも受け付けます。 |

加熱式タバコは
体に影響があるのかな?

禁煙外来・
禁煙補助剤で
つらくない
禁煙はできる?



主 催／一般社団法人 滋賀県薬剤師会

問合せ・申込先……まずはお気軽にお問い合わせください。

(一社) 滋賀県薬剤師会 事務局 〒525-0072 滋賀県草津市笠山七丁目4番52号
TEL : 077-565-3535 FAX : 077-563-9033
E-mail:info@shigayaku.or.jp

禁煙支援出前講座 申込書

貴 団 体 名			
所 在 地			
電 話 番 号		F A X 番 号	
担 当 部 署		担 当 者 名	
希 望 日	月 日 ()	希 望 時 間	～
参 加 予 定 人 数	人	開 催 場 所	
希 望 内 容 等	※ 講師見習者の同行参加の可否について【 可 () 名迄可) · 不可 】		

FAX 077-563-9033



出前講座 申込書

令和 年 月 日

以下のとおり申し込みます。

申込者	事業所の名称		担当者名	
	所在地			
	T E L		F A X	
	E-mail			

希望テーマ ※希望するテーマに○印 を付けてください。	()	かかりつけ薬局の機能 健康食品・サプリ・OTCとの付き合いかた			
	()	そういうことだったのか ジェネリック医薬品			
	()	お薬手帳の役割 電子お薬手帳やマイナンバーカードの活用方法			
	()	薬のプロが教える 副作用、相互作用、くすりのリスク			
	()	身近に潜むくすりのトラブル オーバードーズ・うっかりドーピング			
希望日時	第1希望	令和 年 月 日 ()	:	～	:
	第2希望	令和 年 月 日 ()	:	～	:
	第3希望	令和 年 月 日 ()	:	～	:
場所					
参加予定人数	約 名				

※開催日の2か月前までにお申し込み頂きますよう、ご協力お願いします。

※開催候補日は複数ご用意下さい。

草津市・栗東市の事業所

びわこ薬剤師会

FAX : 077-598-5292

守山市・野洲市の事業所

守山野洲薬剤師会

FAX : 077-581-8904

申込書⑥

令和6年度 認知症(若年性認知症含む)に関する

企業向け出前研修の実施について

滋賀県では、認知症施策の一環として、県内の企業に認知症の専門医等が出向き、若年性認知症を含む認知症に対する理解を深めていただくための出前研修を実施しています。

高齢化に伴い、親の介護等で認知症の人に接する機会も稀ではなく、さらに、介護離職という新たな課題があるなか、職場において認知症に関する理解を深めることは、職場環境の改善につながる一つの機会ともなります。

また、若年性認知症は65歳未満で発症する認知症を指しますが、働き盛りの年代に発症することから、就労継続を含め、その後の支援のためにも企業の理解が欠かせません。

そこで、職場における若年性認知症を含めた認知症に対する理解を深め、より働きやすい職場づくりを行うため、出前研修の実施先企業を下記のとおり募集します。

■ 申込み受付期間

- ・随時受付



■ 研修実施日

- ・第3希望まで開催希望日時をお聞かせください。
- ・派遣する医師と日程調整を行い、連絡させていただきます。

■ 研修内容（約1時間程度）

- ・認知症の基本的な理解
- ・若年性認知症の特徴、課題、支援について

■ 研修にかかる費用

- ・医師派遣に伴う謝礼や交通費等の費用はかかりません。
- ・ただし、当日の研修会場の準備をお願いいたします。



■ 実施予定数

- ・1か所あたり、10名以上の受講者の確保をお願いいたします。
(従業員の家族の方や取引先の従業員の方などの参加も可能です)

■ 申し込み方法

- ・受講を希望される場合は、下記申込窓口を御確認の上、裏面申込書にて、メールまたはFAXによりお申し込みください。

申込先	住所	電話番号	FAX番号	メールアドレス	事業所所在地
滋賀県健康医療福祉部医療福祉推進課	大津市京町四丁目1-1	077-528-3522	077-528-4851	ed00@pref.shiga.lg.jp	大津市
南部健康福祉事務所（草津保健所）	草津市草津三丁目14-75	077-562-3526	077-562-3533	ea30@pref.shiga.lg.jp	草津市・守山市・栗東市・野洲市
甲賀健康福祉事務所（甲賀保健所）	甲賀市水口町水口6200	0748-63-6111	0748-63-6142	ea31@pref.shiga.lg.jp	甲賀市・湖南市
東近江健康福祉事務所（東近江保健所）	東近江市八日市緑町8-22	0748-22-1253	0748-22-1617	ea32@pref.shiga.lg.jp	近江八幡市・東近江市・蒲生郡日野町・蒲生郡竜王町
湖東健康福祉事務所（彦根保健所）	彦根市和田町41	0749-22-1770	0749-26-7540	ea33@pref.shiga.lg.jp	彦根市・愛知郡愛荘町・犬上郡豊郷町・犬上郡甲良町・犬上郡多賀町
湖北健康福祉事務所（長浜保健所）	長浜市平方町1152-2	0749-65-6660	0749-63-2989	ea34@pref.shiga.lg.jp	長浜市・米原市
高島健康福祉事務所（高島保健所）	高島市今津町今津448-45	0740-22-2525	0740-22-5693	ea35@pref.shiga.lg.jp	高島市

送信先

FAX番号 077-562-3533

滋賀県 南部健康福祉事務所（草津保健所） あて

令和 年度

認知症（若年性認知症を含む）に関する企業向け出前研修 申込書

認知症（若年性認知症を含む）に関する企業向け出前研修について、下記のとおり申し込みます。

事業所名

住所

電話番号

FAX番号

メールアドレス

担当者氏名

1. 研修会参加予定人数 _____ 名

2. 研修会希望日時

第1希望	年	月	日	時～
第2希望	年	月	日	時～
第3希望	年	月	日	時～

3. その他連絡事項



出前啓発 申込書

申込書⑦

令和 年 月 日

草津市健康推進員連絡協議会 会長 様

以下のとおり申込みます。

申 込 者	事業所の名称	
	所在地	
	担当者名	
	TEL	
	FAX	
	E-mail	

希望テーマ ※希望するテーマに○印 を付けてください。	()	糖尿病予防啓発(パネル)		
	()	糖尿病予防啓発(ブース)		
	()	運動啓発(くさつ健康はつらつ体操)		
希望日時	第1希望	令和 年 月 日()	:	～ :
	第2希望	令和 年 月 日()	:	～ :
	第3希望	令和 年 月 日()	:	～ :
場所				
参加予定人数	約 名			

※希望日時は、第3希望まで記載していただきますよう、お願ひいたします。

※希望日時は、調整の都合上、申込み日から1か月先を目安に記載してください。

草津市健康推進員連絡協議会事務局 あて

FAX : 077-561-0180



出前啓発 申込み FAX 送信票

守山市健康推進員連絡協議会事務局（守山市すこやか生活課内）あて

FAX: 077-582-1138

申込み日：令和 年 月 日

守山市健康推進員連絡協議会 会長 あて

以下のとおり、健康づくり推進のための出前講座について申し込みます。

申込者	事業所の名称	
	所在地	
	担当者名	
	TEL	
	FAX	
	E-mail	

出前講座について	希望テーマ <small>※希望するテーマに○印 をつけてください。</small>	()	野菜 350 gについて			
		()	減塩について			
		()	禁煙について			
	希望日時	第1希望	令和 年 月 日 ()	:	～	:
		第2希望	令和 年 月 日 ()	:	～	:
		第3希望	令和 年 月 日 ()	:	～	:
会場	・名称： ・住所：					
参加予定人数	約 名					
備考						

※希望日時は、第3希望まで記載していただきますよう、お願ひいたします。

※希望日時は、調整の都合上、申込み日から1か月先を日安に記載してください。

こんなことから始めてみませんか？

まずは手軽に！簡単に！お得たくさん！

<p>BIWA-TEKU (ビワテク)</p>  <p><無料></p>	<p>各市町が実施するモバイルスタンプラリーや歩いた歩数、ウォーキングラリーへの参加、各種健診の受診や健康に関する目標を達成すること、体重・血圧などの身体情報登録で健康ポイントをGETできるアプリです。貯まったポイントは1年に1度、市町から提供される賞品の抽選応募で利用できます。</p>	<p>詳細はこちら</p>  
<p>健康づくり サポーター</p>  <p><無料></p>	<p>行政と企業等団体が連携し、県民の健康づくりを支援することを目的に、県内で健康に関する活動に取り組んでいる企業や団体、店舗等を「しがの健康づくりサポーター」として認定しています。 一緒に滋賀県の健康なまちづくりに取り組んでみませんか？</p>	<p>詳細はこちら</p>  
<p>健康しが ポータルサイト</p> <p><無料></p>	<p>「健康しが」の取組、県何で開催されている健康イベント(スポーツ・食・モノ・イベント・講座)、健康に関する豆知識、平均寿命・健康寿命に関するランキングやその要因等、様々な最新情報が随時閲覧できます。</p>	<p>詳細はこちら</p>  

■滋賀県内の中小企業、働き盛り世代を支えるための窓口

種類	機関
労働関係法令に関すること (産業安全・労働衛生・労災防止に関すること等)	滋賀労働局健康安全課(077-522-6650) 労働基準監督署：大津、東近江、彦根
経営上の課題に関する相談 (金融・税務・経営・労務等)	滋賀県商工会議所連合会(7か所) https://shigacci.com/ 滋賀県商工会連合会(18か所) https://www.shigasci.net/ お近くの商工会議所・商工会へお問い合わせください。
事業協同組合等を通じた中小企業・小規模事業者の支援	滋賀県中小企業団体中央会(077-511-1430)
産業保健関係者に対する相談、研修、情報提供 小規模事業所への支援	滋賀産業保健総合支援センター(077-510-0770) 地域産業保健センター：大津、近江八幡、彦根、湖北
健康宣言に関すること 事業所における健診・がん検診・保健指導等	医療保険者(協会けんぽ、健保組合等) 保険証に記載される加入健康保険にお問い合わせください
働き方改革関連法に関する相談、労働時間管理等	滋賀働き方改革推進支援センター 厚生労働省委託事業(0120-100-227) ※土日祝日行政の休日を除く 9:00～17:00
事業所の自主的な安全衛生活動の具体的な支援	中央労働災害防止協会 詳しくは【中防災】検索 近畿安全衛生サービスセンター(06-6448-3450)
こころの不調に対する個別相談 (働く方、ご家族、事業者の方等)	こころの耳(働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト)：厚生労働省 「こころのサポートしが」LINE相談：滋賀県 
地域における健康づくり・生活習慣病予防 (健康教室・健診等)に関すること	・滋賀県健康医療福祉部健康寿命推進課(077-528-3651) ・滋賀県健康福祉事務所(保健所)：6か所 ・大津市保健所保健総務課地域保健推進室(077-522-6755) ・各市町健康づくり担当課

■管内市健康づくり担当課・健康福祉事務所窓口

機関	電話・FAX 番号・メールアドレス	ホームページ
草津市役所健康増進課	TEL: 077-561-2323 FAX: 077-561-0180 メール: kenko@city.kusatsu.lg.jp	
守山市役所すこやか生活課	TEL: 077-581-0201 FAX: 077-582-1138 メール: sukoyaka@city.moriyama.lg.jp	
栗東市役所健康増進課 (栗東市総合福祉保健センター内)	TEL: 077-554-6100 FAX: 077-554-6101 メール: hoken@city.ritto.lg.jp	
野洲市健康推進課	TEL: 077-588-1788 FAX: 077-586-3668 メール: kenkou@city.yasu.lg.jp	
滋賀県南部健康福祉事務所 (草津保健所) 医療福祉連携係	TEL: 077-562-3614 FAX: 077-562-3533 メール: ea30500@pref.shiga.lg.jp	