

保健師さんの

ワンポイント

アドバイス

本協会保健師

堀内 寿美子

あなたの事業所で講習会を開いてみませんか 保健師は身近な専門家

大阪府社会保険協会では、年1回無料で保健師の講習会や個別健康相談をみなさまの事業所に伺って行っております。

例えば、みなさまの身近なこととして、1年に1回受ける健康診断があります。この健康診断を有効活用されていますか？ 健康診断の有所見を放置していませんか？ 健康診断結果の有効活用が、定年退職後の健康寿命や突然死にも影響しているという研究結果が出されています。知るのが怖い方もいらっしゃるかもしれません。得体の知れない不安が恐怖につながります。健康診断の結果の対応は知っておいた方が、病気の予防や早期発見の可能性を高め、結果としてあなたの健康寿命を延ばすことにつながります。私たち保健師は身体の状態をわかりやすく説明し、改善・対処方法もお伝えできます。健康診断以外にも、ストレスへの対処などのメンタルヘルスや食事や運動といった生活習慣、更年期また加齢、アンチエイジングなど…心身の健康に関する多様な講習会やご相談に対応します。

みなさま、お気軽に私たち保健師をご活用ください。

とはいえ、何をしたらいいのか、何を頼めばいいかわからないなあ…



まずは大阪府社会保険協会にご連絡ください。あなたの職場に応じた講習会、健康相談をコーディネートします。



気になることはあるんだけど、それについて話してくれるかなあ…

講習会のテーマはご要望に沿えるよう検討いたしますのでご安心ください。



※保健師による健康相談・講習会を希望される場合は、大阪府社会保険協会ホームページの健康づくりをクリックし、申込書をダウンロードのうえ、お申し込みください。

お問い合わせ先

(一財) 大阪府社会保険協会

〒550-0003 大阪市西区京町堀1-3-13 辰巳ビル2階
電話 06-6445-3013 FAX 06-6445-3019