

令和7年度 管理監督者等研修会〈生活習慣病予防編〉開催要項

公立学校共済組合青森支部

1 目 的

管理監督者等が、職場における生活習慣病予防に関する知識を身につけることにより、職員の健康の保持増進に資する。

2 対象者

各所属所の管理監督者（所属所長、校長、教頭、事務長等）及び所属所の健康管理担当者等

3 主 催

公立学校共済組合青森支部

4 共 催

青森県教育委員会

5 日時及び会場

日 程	時 間	会 場	
令和7年7月30日（水）	9:45～15:30	青森会場	青森県観光物産館アスパム 青森市安方一丁目1-40
令和7年8月6日（水）		八戸会場	グランドサンピア八戸 八戸市東白山台一丁目1-1

6 定員

各会場 50人

7 日程及び内容 * 2会場とも同じ内容で開催

時 間	内 容
9:45 ～ 10:00	開会・オリエンテーション
10:00 ～ 12:00 （休憩含む）	〈メディコトリム〉（県病） ・体力測定 ・医師講話 ・栄養講話
12:00 ～ 13:15	昼食・休憩
13:15 ～ 14:30	・運動実技、講話（県病）
14:30 ～ 15:30	・職場における職員の健康管理について 〈講話〉 支部保健師

【予定講師】

青森県立中央病院 メディコトリム担当 医師、健康運動指導士、管理栄養士 外

6 申込期限

令和7年 6月30日（月）

7 申込方法

別紙申込書を郵送又はメールにより支部あてに提出するものとする。

8 参加者の決定通知

7月中旬予定

9 その他

(1) 参加費 無料

(2) 昼食は各自でおとりください。