

各所属所長 殿

公立学校共済組合鹿児島支部長
(鹿児島県教育委員会教育長)

令和 3 年度「健康管理講座」等の実施について (通知)

共済組合員及び被扶養者等の健康保持・増進を図るため、福利厚生事業の一環として、下記のとおり各種講座を実施しますので、貴所属所の共済組合員に周知の上、別紙によりお申込みください。

今年度も、新型コロナウイルス感染防止対策のため、募集定員の縮減や、接触を伴う実技を行わない、換気のための休息を適宜設ける等、一部内容を変更し、リモート開催での実施の場合もありますので御了承ください。

なお、今後の新型コロナウイルスの感染症の状況や台風の接近等により中止になる場合は、当支部のホームページでお知らせします。

記

1 各講座の実施内容等

(1) 健康管理講座

ア 目的

自己による健康管理の仕方、病気予防に関する知識や理解を深め、日常の健康保持について学ぶ。

イ 対象者

共済組合員及び被扶養者等 (配偶者については、被扶養者でなくても可)

ウ 定員

- (ア) 鹿児島会場 40 人 (20 人×2 分科会)
- (イ) 南薩会場 40 人 (20 人×2 分科会)
- (ウ) 始良・伊佐会場 40 人 (20 人×2 分科会)

エ 経費

アロマセラピー講座を受講される方については、教材費 500 円を当日受付にて徴収します。

(2) 介護講座

ア 目的

共済組合員及びその家族が寝たきりや認知症等の要介護状態になったときの対応や心構えについて学び、実際の介護に役立てる。

イ 対象者

共済組合員及び被扶養者等 (配偶者については、被扶養者でなくても可)

ウ 定員

鹿児島会場 100 人 (20 人×5 コース)

(3) こころと体のリフレッシュ講座

ア 目的

メンタルヘルスに関する知識や理解を深め、個々に応じた心身のセルフケアのあり方を学ぶ。

イ 対象者

共済組合員及び被扶養者等（配偶者については、被扶養者でなくても可）

ウ 定員

(ア) 鹿屋会場 40人（リフレッシュ体験講座 20人 リラクション運動 20人）

(イ) 川内会場 40人（リフレッシュ体験講座 20人 リラクション運動 20人）

(ウ) 鹿児島会場 40人（リフレッシュ体験講座 20人 リラクション運動 20人）

エ 経費

リフレッシュ体験講座を受講される方については、教材費 200 円を当日受付にて徴収します。

(4) ライフプランセミナー

ア 目的

将来に対する自己管理能力を身につけ、退職へのソフトランディングを可能にするため、生涯生活設計に必要な知識を培う。

イ 対象者

共済組合員及び被扶養者等（配偶者については、被扶養者でなくても可）
（年齢で受講できる日が異なります。）

ウ 定員

(ア) 鹿児島会場 54人（55歳～定年前）

(イ) " 24人（50歳～54歳）

(ウ) " 24人（50歳未満）

2 申込方法

所属所で取りまとめの上、各講座の申込書（別紙 2～5）により申し込んでください。

3 申込期限

令和 3 年 6 月 16 日（水）必着

4 決定及び決定通知

受講希望者が定員を超えた場合は抽選により決定し、7月上旬に所属所長あてに結果を通知します（感染防止のため、人数制限により初回申込の方を優先とします。）。

5 その他

各講座の詳細については、別紙 1 を御覧ください。

〈申込み及び問合せ先〉

〒890-8577 鹿児島市鴨池新町 10 番 1 号

公立学校共済組合鹿児島支部（県教育庁総務福利課内）

電話 099-286-2111（代表）／ 099-286-5205（直通）

（担当）福利係

（担当）厚生係

健康管理講座・介護講座

こころと体のリフレッシュ講座

ライフプランセミナー

（内線：5215）

（内線：5217, 5218）

ホームページアドレス <https://www.kouritu.or.jp/kagoshima/>

※ 県立学校における本文書の文書管理上の分類記号：「B-7-2（共済組合）」