

令和6年度 研修事業実施要項

1 保護者対応セミナー

【目的】「学校と保護者のいい関係づくり」をテーマに講演とワークショップにより対応策等の知識を習得する。

実施日	対象地区	開催会場	開催時間	募集定員
7月 25日 (木)	全地区	沖縄産業支援センター (那覇市)	10:00~15:00	150名

・昼食は参加申込みの際に、希望をとります。自己負担500円程度を予定しています。

2 女性のための健康セミナー

【目的】女性に特化した健康保持増進のための知識、心を癒す実践方法を習得する。(男性組合員も参加可)

実施形式	対象地区	視聴可能期間	募集定員
オンデマンド	全地区	令和6年7月25日(木)~令和6年8月24日(土)	組合員及び被扶養者

3 男性のための健康セミナー

【目的】男性に多くみられる心身の疾患予防と早期発見のポイントを学ぶ。(女性組合員も参加可)

実施形式	対象地区	視聴可能期間	募集定員
オンデマンド	全地区	令和6年7月25日(木)~令和6年8月24日(土)	組合員及び被扶養者

4 RIZAP式(導入編)セミナー

【目的】生活習慣の改善に向けて「運動・食事・メンタル」のRIZAPメソッド基礎と習慣化を学ぶ。

実施形式	対象地区	視聴可能期間	募集定員
オンデマンド	全地区	令和6年12月16日(月)~令和7年1月15日(水)	組合員及び被扶養者

・被扶養者も視聴可能です。

5 マインドフルネスセミナー

【目的】マインドフルネスに関する知識を学び、実践法を体験することでセルフケアにつなげる。

実施日	対象地区	開催会場	開催時間	募集定員
8月 13日 (火)	全地区	ユインチホテル南城	10:00~15:00	100名

・昼食弁当込みのセミナーになります。自己負担1,000円程度を予定しています。

6 介護講座・介護実技研修

【目的】介護に関する知識及び技術を習得し、介護についてより理解を深める。

実施日	対象地区	開催会場	開催時間	募集定員
8月 2日 (金)	全地区	沖縄県教職員共済会館 (那覇市)	10:00~16:10	60名

・食事介助演習のため、昼食は健康弁当を準備します。自己負担500円程度を予定しています。

7 生涯生活設計セミナー

【目的】生涯生活設計に関する知識、手法を習得することを目的とする。

実施形式	対象年齢	視聴可能期間	募集定員
オンデマンド	~30代	令和6年7月25日(木)~令和6年8月24日(土)	組合員及び被扶養者
	40代~50代半ば		
	50代半ば~		

8 退職準備型生涯生活設計セミナー

【目的】退職後に必要な人生設計に関する健康や生きがい、生活設計に関する基礎的な知識を習得する。

実施日	対象年齢	開催会場	開催時間
8月19日(月)	定年退職予定 組合員	沖縄北部雇用能力開発総合センター(名護市)	9:00~15:00
8月20日(火)		沖縄県教職員共済会館(那覇市)	
8月22日(木)		石垣市民会館	
8月23日(金)		宮古教育事務所	

9 育児支援セミナー

【目的】子育てに関する悩みや不安を解消し、役に立つ子育て方法を習得する。

実施日	対象者	開催会場	開催時間	募集定員
10月 21日(月)	産休・育休中組合員	EMウェルネス暮らしの発酵ライフスタイルリゾート(北中城村)	11:00~15:20	60名

・昼食はビュッフェ形式となります。自己負担1,000円を予定しています。