

令和5年度「腰痛予防講座（会場方式・夏）」の実施について（通知）

組合員の腰痛・肩こり予防、悪化を防止するため、**予防体操などの実技を中心とした講座**を下記のとおり実施します。なお、休職、休業中の組合員の方も対象となります。

新型コロナウイルス感染症防止の取組みを行いつつ、例年の半分の定員で実施します。当日は、マスク着用、フィジカルディスタンスの確保、ご自身の体調チェックにご協力ください。

この講座は、令和5年度「腰痛予防事業」として実施するものであり、参加者のうち、大阪府教育庁及び府の教育機関に勤務する教職員の職務専念の義務免除については、大阪府教育長において承認されています。それ以外の職員については、各市町村教育委員会教育長に対して、職務専念の義務免除を依頼しております。

記



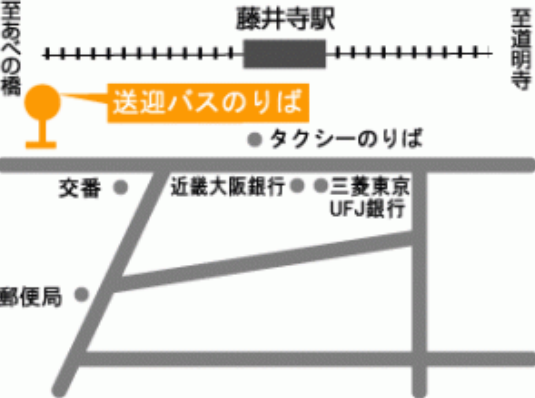
内 容	① 講習（30分程度）： 腰痛予防に関する知識の普及、啓発 ② 実技（60分程度）： 腰痛体操、肩こり予防体操の実演指導
実施日及び 実施機関	裏面をご覧ください。 （オンライン開催はありません。ご希望の実施日時、実施機関でお申込みください）
募集人数	A：30名 B：30名 C：45名 ※いずれも最少開催人数5名
申込対象者	組合員（ただし、任意継続組合員を除く）
申込期間	令和5年6月30日（金）から令和5年7月21日（金）まで
申込方法及び 決定通知	① 別紙「腰痛予防講座（会場方式・夏）申込書」を記入し、申込期間内に下記申込先へFAX又は郵・逕送で提出してください。 ② 共済組合から実施日の12日前までに所属所にご本人宛で決定通知書を送付します。（注） （注）申込者が募集人数を超えた場合は抽選を行い、 <u>申込者全員に当落結果を送付</u> します。
申込先	〒540-8571 大阪市中央区大手前2丁目 大阪府教育庁教職員室福利課内 公立学校共済組合大阪支部 健康・福祉グループ （FAX）06-6941-3672
費用	無料（ただし、会場までの交通費は自己負担です）
その他	・腰痛のない方も受講できます。 ・動きやすい服装でご参加ください。 ・大阪府下に緊急事態宣言が発令された場合、当講座は中止となります。



（問い合わせ先）公立学校共済組合大阪支部 健康・福祉グループ

（TEL）06-6941-3991

実施日及び実施機関

実施機関と日時	実施場所
<p style="text-align: center;">A</p> <p>学校法人行岡保健衛生学園 行岡医学技術 専門学校</p> <p>【現地開催】 R5.8.8. (火) 14:00~16:00 (受付 13:30~)</p>	<p>行岡医学技術専門学校 (※行岡病院ではありません) 大阪市北区本庄東1-13-11</p>  <p>◆大阪メトロ堺筋線・谷町線 阪急千里線 「天神橋筋6丁目」駅下車 11番出入口より西へ約250m</p> <p>※駐車場・駐輪場はありません。 お車・バイク・自転車でのご来校は 固くお断りします。</p> <p>◆参加者に当日お持ちいただくもの : <u>ヨガマットまたはバスタオル</u></p>
<p style="text-align: center;">B</p> <p>ダイナミックスポーツ 医学研究所</p> <p>【現地開催】 R5.8.17 (木) 10:00~11:30 (受付 9:30~)</p>	<p>ダイナミックスポーツ医学研究所 大阪市中央区西心斎橋1丁目10番28号</p>  <p>◆大阪メトロ御堂筋線・鶴見緑地線「心斎橋駅」下車 北改札よりクリスタ長堀をウエストタウン(四ツ橋方面)へ進み、出口「南17」から約80m</p> <p>◆大阪メトロ四ツ橋線 「四ツ橋駅」下車 北改札よりクリスタ長堀(心斎橋方面)へ進み、出口「南17」から約80m</p>
<p style="text-align: center;">C</p> <p>医療法人はあとふる 運動器ケア しまだ病院</p> <p>【現地開催】 R5.8.17 (木) 15:00~16:30 (受付 14:30~)</p>	<p>ヴィゴラス (運動器ケア しまだ病院エントランス棟2階) 羽曳野市榎山100-1</p>  <p>◆近鉄南大阪線 「藤井寺」駅下車 無料送迎バスで10分程度</p>

令和5年度 腰痛予防講座（会場方式・夏）申込書

公立学校共済組合大阪支部長 様

令和5年 月 日

下記のとおり申し込みます。

所属所名	
所属所電話番号	

	組合員証記号番号	枝番	組合員氏名	職名	連絡先(電話番号)	
記入例	公立 阪	1 2 3 0 1 2 3 4 5 6	公立 太郎	教諭	090-8765-4321	
	希望会場		A 行岡保健衛生学園【現地開催】R5.8.8（火）14:00～16:00			
	(いずれかに○ をしてください)		B ダイナミックスポーツ医学研究所【現地開催】R5.8.17（木）10:00～11:30			
	○		C しまだ病院【現地開催】R5.8.17（木）15:00～16:30			

	組合員証記号番号	枝番	組合員氏名	職名	連絡先(電話番号)	
公立 阪						
希望会場			A 行岡保健衛生学園【現地開催】R5.8.8（火）14:00～16:00			
(いずれかに○ をしてください)			B ダイナミックスポーツ医学研究所【現地開催】R5.8.17（木）10:00～11:30			
			C しまだ病院【現地開催】R5.8.17（木）15:00～16:30			

※ この申込書はコピーしてお使いください。

7月21日（金）締切【必着】