

「こころと体のリフレッシュ講座」 を利用しませんか？



支援内容

所属所などが希望する講座について、講師への謝礼金（上限3万円）と交通費の支払いを行います。

日々忙しい中、いつもと違った雰囲気で、気軽に、リラックスして何かに取り組むことで、こころと体が楽になることがあります。それをお手伝いするのが【こころと体のリフレッシュ講座】です！

利用手順

①

開催内容・講師・日程などを支部健康管理担当者へ電話で事前に連絡

※所属所で講師を選定してください。

※講師が決まっていない時などはご相談ください。

②

開催申請書（様式第1号）と講師謝金の根拠となる書類などを支部へ提出

※開催希望日の2か月前を目安に支部へ提出してください。

③

決定通知書（様式第2号）を所属所へ送付

④

講座開催後、開催報告書（様式第3号）と請求書（様式第4号）などを支部へ提出

講座開催例

- ・ コーヒー/紅茶
- ・ メンタルヘルス
- ・ 料理
- ・ アロマオイル
- ・ ヨガ
- ・ モルック



気になる講座や、ご不明点があればご相談ください★

など職員の健康管理に寄与するような内容であれば対象となります。

