

健康づくり栄養講座

開催のお知らせ

わが国は、世界有数の長寿国になりましたが、その一方では、糖尿病などの生活習慣病が増加し、急速に進む高齢化社会にあつて医療費の増加や認知症、寝たきりの介護などが社会問題になっていきました。健やかに穏やかな人生を送るためには、単に長生きをするだけでなく「元気で長生きをする」ことが大切です。

元気で長生きは、日ごろの栄養・運動・休養が決め手になります。講演会に参加して、元気で長生きの生活を学びませんか。

【日時】平成24年10月14日(日)

13時～16時

【会場】千葉県立保健医療大学 図書館棟大講義室(千葉市美浜区若葉2・10・1)

【内容】テーマ「高齢期を元気で過ごすために」

▼講座1:13時10分～14時

▼演題「加齢に伴う体の変化」

▼講師:特別養護老人ホーム南花園 管理栄養士 中村典子

▼講座2 14時10分～15時

▼演題「元気で長生きをする食事」
▼講師:公益社団法人千葉県栄養士会 会長 長谷川 克己

▼講座3 15時10分～16時

▼演題「体の若さを保つための工夫」

▼講師:千葉市保健福祉局健康部 健康支援課 管理栄養士 早高 恵実

【定員】200名

【参加費】無料

【申込・お問い合わせ】

(公社) 千葉県栄養士会

☎043・256・1117

(平日の午前10時から午後4時)

第34回千葉県労働大学講座

開催のお知らせ

県雇用労働課では、10月19日(金)から11月12日(月)までの延べ8日間(午後6時15分から午後8時15分)、千葉県教育会館新館5階501号室(千葉市中央区中央4・13・10)で「平成24年度第34回千葉県労働大学講座」を開催します。

講座では、最近の労働諸問題、ワーク・ライフ・バランス、法律解説、社会保険、ハラスメント対

策などについて専門家による講演が予定されています。

この機会に、労働問題に対する正しい理解と知識を習得していただき、安定した労使関係の構築にお役立て下さい。(1科目(1日)のみの受講も可能です。)

▼対象:県内の経営者・管理者・労働者他、広く県民一般

▼募集人員:150名(申込先着順)

▼受講料:無料

▼申込締切:10月12日(金)

▼申込先:千葉県商工労働部雇用労働課

〒260・8667

千葉市中央区市場町1番1号

TEL 043・223・2743

FAX 043・221・1180

◎詳細は、千葉県雇用労働課HPにて受講案内をご確認下さい。

働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」

働く人のこころの健康に関するさまざまな情報を提供しています。

▼相談窓口案内、メール相談▼ストレスチェック▼事例紹介、Q&A▼eラーニング、教育・研修

「こころの耳」は、インターネットによる情報提供の窓口です。あ

なた一人ではありません。あなた力になる情報や場所、人を一緒に探しましょう。

◎ <http://kokoro.nhlw.go.jp>
「こころの耳」で検索

安全・有利・手軽な

国の退職金制度を活用しませんか。

中退共

CHU小企業 TAI職金 KYO済制度

詳しくはホームページをご覧ください。

中退共
検索

国の制度だから安心

掛金の一部を国が助成します。

掛金は全額非課税

手数料もかかりません。

社外積立で管理も簡単

退職金試算額などをお知らせします。

(独)勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234 FAX(03)5955-8211