

令和 年 月 日

(あて先)

金沢・健康を守る市民の会 会 長

\_\_\_\_\_ 校下(地区)健康推進連絡会

代表 \_\_\_\_\_

## いきいき健康教室 講師派遣申込書

次のとおり健康づくり事業を行いたいのので、講師の派遣を申し込みます

1. 日 時 令和 年 月 日 曜日  
午前・午後 時 分 ~ 時 分
2. 開催場所 〒  
金沢市
3. 実施事業 ( ) 健康講話  
※いずれかひとつに〇 ( ) 体力作り教室・音楽療法  
( ) 栄養教室 → \_\_\_\_\_ ①調理実習 ②試食 ③講話  
※栄養教室の形式を、①~③からひとつ選択
4. テーマ・内容 ( )  
※講話・体力づくり教室は希望を自由記入。栄養教室は下記テーマ①~⑤からひとつ選択。  
【栄養教室テーマ】  
①筋力キープ食事術  
②上手な塩分との付き合い術  
③おいしく食べて! ずっといきいき~フレイル予防  
④上手な糖との付き合い術  
⑤男の料理教室(献立等: )  
※男の料理教室で希望する献立や学びたい内容を記入。
5. 希望講師 ※校下(地区)で講師を決定した場合は講師連絡先も記入。
6. 参加予定人数 約 \_\_\_\_\_ 名
7. 事務担当者 \_\_\_\_\_ (電話 \_\_\_\_\_ )
8. 備考

(あて先)

金沢・健康を守る市民の会 会 長

\_\_\_\_\_ 校下(地区)健康推進連絡会

代表 \_\_\_\_\_

## いきいき健康教室 実施報告書

このことについて、次のとおり報告します

1. 日 時 令和 年 月 日 曜日  
午前・午後 時 分 ~ 時 分
2. 開催場所 〒  
金沢市
3. 実施事業 ( ) 健康講話  
※いずれかに○ ( ) 体力作り教室・音楽療法  
( ) 栄養教室→ \_\_\_\_\_ ①調理実習 ②試食 ③講話  
※栄養教室の形式を、①～③からひとつ選択
4. テーマ・内容 ( )  
※講話・体力づくり教室は実施した内容を記入。栄養教室は下記テーマ①～⑤からひとつ選択。  
【栄養教室テーマ】  
①筋力キープ食事術  
②上手な塩分との付き合い術  
③おいしく食べて！ずっといきいき～フレイル予防  
④上手な糖との付き合い術  
⑤男の料理教室(献立等: )
5. 講師氏名 \_\_\_\_\_
6. 参加人数 \_\_\_\_\_ 名
7. 事務担当者 \_\_\_\_\_ (電話 \_\_\_\_\_ )
8. 備考 ※教室の内容や当日の状況など