

各種団体様

Yakult

ヤクルトから 健康セミナーのご案内

講師派遣など
無料

学 校

小学校出前授業
大学・専門学校講義



地域コミュニティ

公民館主催セミナーや
地域活動団体・老人大学など



病院・老健施設

病院NST・衛生管理研修会・
マナー接遇など
職員様・従事者様向け



小人数でも開催

企業・店舗

役員・管理職研修や
衛生安全研修

量販店カルチャースクールなど



21世紀は病気を予防して健康に生きることが重要視される時代。
ヤクルトではあらゆる年代、さまざまな生活スタイルの人々の健康ニーズにお応えする事
を目指しています。

地域の皆さまの「健康で快適な生活づくり」を様々な角度から応援します。

学校・企業・公民館・老人福祉センター・社会福祉協議会様など各施設様のご依頼で年間
400回ほど開催しています。

是非、貴会の活動にもご活用ください。

お問い合わせ **近畿中央ヤクルト販売株式会社**
広報CSサポート部 広報課

TEL 0120-84-8960

FAX 072-779-6207

内容のご案内



1	健康の秘訣は健やかな腸から ～腸トシでミルミル元気！～	腸は健康の要とされています。 体操やクイズ、腸年齢チェックなどを盛り込んで楽しく健康づくりについて紹介します。
2	がん予防のための健幸習慣 ～がんの危険性を減らすために～	二人に1人はがんになる時代、がんは予防することと検診を受けることが大切です。免疫をあげる工夫や食習慣についてお話します。がん予防になる。メニューレシピの紹介も。
3	快チョウ生活で子どもを護る ～カラダの調子はウンチでわかる～	子どもの生活習慣や食習慣を見直すきっかけづくり。 子どもの排便状態を把握して健康な子育てにお役立て下さい。 (幼稚園・小学校保護者の皆さま向け)
4	生活習慣病とその予防 ①メタボが逃げ出すカラダづくり ②ロコモってなあに？ ③放っておけないサイレントキラー	健康を守る生活習慣づくりの大変さをもう一度見直しましょう。 ①高血圧・高脂肪・高糖尿を改善する工夫 ②ロコモと骨粗鬆症と寝たきり予防 ③どうすれば血管年齢が若くなるでしょう。
5	あなたの魅力を引き出す 四つ葉のクローバー ～幸齢者になりましょう～	人が年齢相応に美しく老いていくのはひとつの魅力ある生き方です。いつまでも健康で美しく過ごす秘訣とは？ お顔の筋力アップの笑顔体操も盛り込んで楽しく健康づくりのご紹介をします。
6	油断大敵！食中毒！！ ～感染症や食中毒に負けない～	季節ごとに気を付ける感染症とその予防があります。 手洗いチェッカーで手洗いを使って正しい手洗い方法を学んでみませんか？
7	認知症の予防法は 日々の生活にある！ ～予防の良い習慣 悪い習慣～	認知症の予防に大切なことは脳の健康を維持することです。 認知症チェックシートなどで楽しく認知症予防に効果的な食生活とライフスタイルの両面から紐解きます。
8	自分でできる花粉症対策 ～軽減するための秘訣とは～	花粉症のメカニズムとは？つらい花粉症の軽減と予防策の秘訣をクイズを交えてお話します
9	あなたの腸は絶好チョー!? ～ためないためのためになる話～	腸のお話はもちろん！便秘にならないための豆知識や腸を改善するメニューレシピなどもご紹介。健康と美のためのお話
10	いつまでも楽しく元気！	寝たきりの三大要因とは？健康寿命のための『3つの柱』について、笑顔体操も取り入れたお話と、後半には空容器工作(ホーホー笛)なども作成しながら楽しく健康について学べるお話。
11	今日から始める健腸生活 ～腸の若返りが健康の秘訣～	基本的な腸のお話や、バランスの崩れた食生活を見直すきっかけ作りに「おなか元気ビンゴカード」を作成していただきビンゴゲームをしながら学ぶ参加型健康セミナーです。
12	快腸生活で健幸になろう！	腸の基本的なお話から体操やクイズをしたり空容器でお相撲さんを作成しながら楽しんでいただく盛りだくさんの健康セミナー。

上記以外にも季節に合わせたタイムリーな講演内容をご提供いたしますのでご相談くださいませ。
皆様への健康啓発にお役立ていただければ幸いです。

健康セミナー申込書



F A X : 072-779-6207

近畿中央ヤクルト販売株式会社
広報CSサポート部 広報課 宛

2020年度『健康セミナー』申込書

団体名	
担当者	
電話番号	

【開催のご予定】

第一希望日・時間	月	日 ()	～
第二希望日・時間	月	日 ()	～
第三希望日・時間	月	日 ()	～
開催場所	会場 住所		
ご希望内容番号			
参加予定人数			

上記ご記入の上、F A Xもしくはお電話でお申込み下さい。

電話の場合：0120-84-8960

尚、日程の都合でご希望に添えないこともございます。予めご了承下さい。

健康講座スタンプラリー ご提案



ヤクルト 健康講座 スタンプラリー

シールを3つ以上集めてヤクルトオリジナルグッズをプレゼント!!

① ○月○日 13:30~
手洗いチェック講座「今こそ免疫力を高めよう」

② ○月○日 13:30~
おなかビンゴゲーム 講演「今日から始める健康生活」

③ ○月○日 13:30~
空容器で工作 講演「いつまでも楽しく元気!!!」

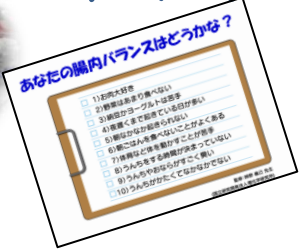
④ ○月○日 13:30~
血管年齢測定 講演「放っておけないサイレントキラー」

ゴール!! 皆勤賞 景品進呈

会場: _____

最終日にシール3つ以上揃った方にヤクルトオリジナルグッズを差し上げます!

名前 _____



★骨密度測定・血管年齢チェック

★スタンプラリーカード



季節人形



★空容器工作

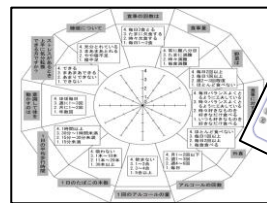


一輪挿し



とんとん相撲

★クイズ・ビンゴゲームなど



☆お好きな健康テーマを選んでシリーズで開催しませんか☆

全部参加された方には皆勤賞として素敵な景品をプレゼント!



毎回、講座にはクイズや座ってできる体操、季節に合った食事レシピの紹介など楽しんでいただける内容になっています。

開催所要時間、内容等をご相談に応じますのでお気軽にお問い合わせくださいませ。

お問い合わせ

近畿中央ヤクルト販売株式会社

広報CSサポート部 広報課 担当 村上

フリーダイヤル 0120-84-8960