

令和5年度「介護教室・健康教室」のお知らせ

当組合では、「介護教室・健康教室」を他の健保組合と共同で開催しています。
令和5年度の講座内容をご案内いたします。皆さま、お気軽にお申込みください。



オンライン版

視聴期間 令和5年6月から令和6年3月

費用 無料

申込方法 専用申込書に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵送にてお申込みください。

※申込書は当組合ホームページNEWS & TOPICSの「イベント」からダウンロードできます。

申込期限 令和6年3月8日(金)



視聴方法 ・お申込みから10日前後でふれあい健康事業推進協議会事務局より教材・視聴用URL・ID・パスワードが郵送されますので、ログインして受講してください。

・**視聴期間は視聴開始ボタンを押してから2週間です。**期間を過ぎますと視聴できなくなりますのでご注意ください。

その他 ・端末(パソコン・タブレット・スマートフォン等)とインターネット環境が必要となります。

・視聴の際、データが大容量のため、データ通信量が無制限のネットワーク環境をご準備することを推奨いたします。

・1名のIDで、ご同居の家族皆さままでご覧いただけます。それ以外の方へのID・パスワードの流用等はおやめください。

・受講後のアンケートにご協力ください。

※受講時間は各1時間30分

開講講座	コース
介護教室	介護準備学(お金)コース【前編】【後編】
	介護準備学(ストレス)コース【前編】【後編】
	介護準備学(相続)コース
	介護予防コース
	認知症介護コース

開講講座	コース
健康教室	ストレスマネジメントコース
	アンガーマネジメントコース
	健診結果を健康維持に活かすコース
	エクササイズコース

集合型

開催日程 下記「開催スケジュール」をご参照ください。

開催地 ※開催会場までの交通費は自己負担となります。

講義内容 「介護教室」2コース、「健康教室」1コース

受講資格 組合員(当組合の被保険者および被扶養者)

費用 無料(受講費は当組合で負担いたします)

申込方法 専用の申込書に必要事項をご記入のうえ、組合本部健康管理課までFAXまたはご郵送にてお申込みください。

※申込書は当組合ホームページNEWS & TOPICSの「イベント」からダウンロードできます。

受講決定 応募者多数の場合は抽選により決定させていただきます。受講の可否については、申込み締め切り後、通知いたします。なお、受講決定された方は同封の「受講のご案内」を開催当日、必ずご持参ください。

ご注意 申込み後、やむを得ず欠席される場合は、事前にご連絡ください。直前キャンセルにかかる違約金は、皆さまからお預かりしている保険料が使われます。ご協力を願いたします。



開催スケジュール

開講講座	日程	開催地	コース名	申込締切日
健康教室	9/9 (土)	東京	糖尿病予防	8/28 (月)
	11/11 (土)	大阪		10/30 (月)
	12/9 (土)	神奈川		11/27 (月)
	2/3 (土)	埼玉		1/22 (月)
介護教室	10/21 (土)	千葉	はじめての介護	10/6 (金)
	12/2 (土)	愛知		11/20 (月)
	1/27 (土)	東京		1/15 (月)
	3/9 (土)	神奈川		2/26 (月)

開講講座	日程	開催地	コース名	申込締切日
介護教室	8/5 (土)	大阪	認知症介護	7/24 (月)
	9/2 (土)	神奈川		8/21 (月)
	10/14 (土)	北海道		10/2 (月)
	11/18 (土)	宮城		11/6 (月)
	1/20 (土)	福岡		1/5 (金)
	2/10 (土)	広島		1/29 (月)
	3/2 (土)	兵庫		2/19 (月)

オンライン版および集合型の詳細につきましては、当組合ホームページでご確認ください。

問合せ
申込み

東京実業健康保険組合 健康管理課 〒103-8465 東京都中央区東日本橋3-10-4
TEL 03-3663-1361(代) FAX 03-3663-1510

