

# 特定保健指導のご案内



公立学校共済組合  
**近畿中央病院**  
http://www.kichu.itami.hyogo.jp



日本病院会・日本人間ドック学会  
人間ドック・健診施設機能評価  
認定施設（認定番号76）

所属されている公立学校共済組合支部よりご案内する、特定保健指導実施機関一覧に掲載の保健指導実施機関の他に、公立学校共済組合近畿中央病院 保健指導スタッフ（保健師・管理栄養士）による、特定保健指導「初回グループ指導」を下記の日程・会場で実施いたします。

近畿中央病院まで足を運ばなくても、同じ内容の指導を、無料で近畿6府県の下記会場で受けていただくことができます。所属されている支部が所在する府県以外の会場でも、自由にご参加いただけますのでこの機会に、是非ご利用ください。

予約申込、お問合せ等は **近畿中央病院 「健康管理係」**まで。



FAX (072) 781-2215 専用FAX申込書に必要事項をご記入のうえ送信ください

TEL (072) 781-3712 内線695 月～金曜日（祝除く）10時～17時

★ 12月28日～1月5日は年末年始休業につき受付はいたしていません。

## 実施日・実施場所（詳細は次ページをご覧ください）

平成26年	1月25日（土）	奈良会場	： 春日野荘	奈良市法蓮町
	2月 1日（土）	京都会場	： 府立中丹勤労者福祉会館	福知山市昭和新町
	2月 6日（木）	和歌山会場	： ホテルアバローム紀の国	和歌山市湊通丁北
	2月18日（火）	和歌山会場	： 県立情報交流センター Big-U	田辺市新庄町
	2月22日（土）	兵庫会場	： 兵庫県学校厚生会館	神戸市中央区北長狭通
	3月 1日（土）	京都会場	： ホテルルビノ京都堀川	京都市上京区東堀川通り
	3月15日（土）	大阪会場	： ホテルアウィーナ大阪	大阪市天王寺区石ヶ辻町
	3月20日（木）	滋賀会場	： ライズヴィル都賀山	守山市浮気町
	3月25日（火）	大阪会場	： ホテルアウィーナ大阪	大阪市天王寺区石ヶ辻町

## 特定保健指導の概要と上記会場での指導内容

特定保健指導では、ご自身の生活習慣を振り返っていただき、より健康的な生活を送るための、身近で実行可能な目標をご自身で選択していただき、6ヵ月間の取組みをしていただきます。

上記会場では、「初回グループ指導」を実施いたします。（所要時間：受付から終了まで約2時間）

「初回グループ指導」は、健康への取組みのスタート地点です。8人までのグループで、近畿中央病院保健師管理栄養士が、皆さまの今後の取組みに向けての支援をいたします。

動機づけ支援	積極的支援	
初回グループ指導	初回グループ指導	← 初回指導
↓ 継続的な支援はありません	手紙またはメールで連絡	← 継続的な支援
	近畿中央病院にて個別面談	
	⋮	
6ヵ月後の最終評価	6ヵ月後の最終評価	← 最終評価

★ 積極的支援の方は、  
開始3ヶ月後に、個別面談を  
近畿中央病院にて実施します

★ 個別面談以外の支援は  
手紙か電子メールで行います

※書類確認等の受付がございますので、開始時間10分前までにお越しください。

## 奈良会場：春日野荘

平成26年 1月25日(土)

- ◆ 第1回 10時開始 11時50分終了
- ◆ 第2回 13時30分開始 15時20分終了
- ◆ 募集人員 各回16人
- ◆ 最低挙行人員 各回6人
- ◆ 申込受付締切日 平成26年 1月15日(水)
- ◆ 会場 〒630-8113 奈良市法蓮町757-2  
Tel. 0742-22-6021
- ◆ アクセス JR・近鉄奈良駅よりバス約10分  
<http://www.kourituyasuragi.jp/hotels/34nara>



## 京都会場：府立中丹勤労者福祉会館

平成26年 2月1日(土)

- ◆ 第1回 13時開始 14時50分終了
- ◆ 第2回 15時30分開始 17時20分終了
- ◆ 募集人員 各回16人
- ◆ 最低挙行人員 各回6人
- ◆ 申込受付締切日 平成26年1月22日(水)
- ◆ 会場 〒620-0051 福知山市昭和新町105  
Tel. 0773-23-2216
- ◆ アクセス 福知山駅より徒歩約15分  
<http://www.eonet.ne.jp/~chutan23-2216/index1.htm>



## 和歌山会場：ホテルアバローム紀の国

平成26年2月6日(木)

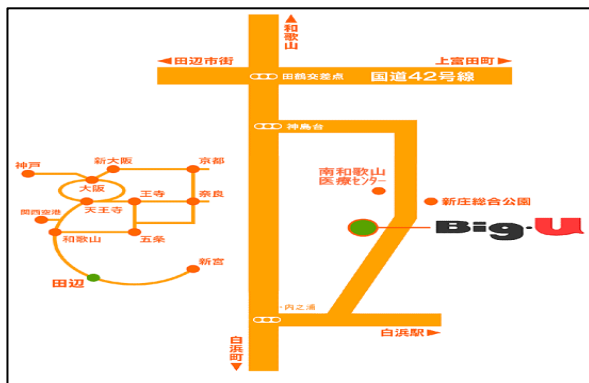
- ◆ 第1回 13時開始 14時50分終了
- ◆ 第2回 15時30分開始 17時20分終了
- ◆ 募集人員 各回16人
- ◆ 最低挙行人員 各回6人
- ◆ 申込受付締切日 平成26年 1月27日(月)
- ◆ 会場 〒640-8262 和歌山市湊通丁北2-1-2  
Tel. 073-436-1200
- ◆ アクセス JR和歌山駅よりバス約20分  
<http://www.avalorm.com/index.html>



## 和歌山会場：県立情報交流センターBig-U

平成26年 2月18日(火)

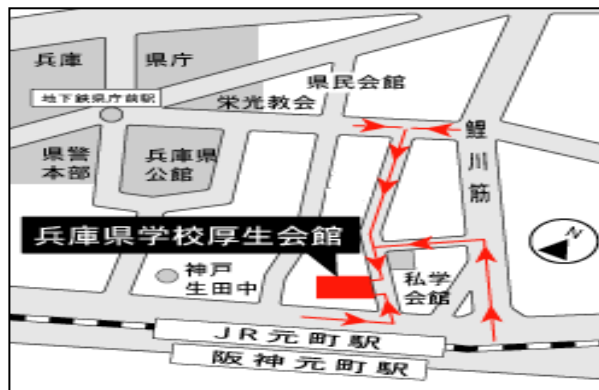
- ◆ 第1回 13時開始 14時50分終了
- ◆ 第2回 15時30分開始 17時20分終了
- ◆ 募集人員 各回16人
- ◆ 最低挙行人員 各回6人
- ◆ 申込受付締切日 平成26年 2月 7日(金)
- ◆ 会場 〒646-0011 田辺市新庄町3353-9  
Tel. 0739-26-4111
- ◆ アクセス JR白浜駅よりバス約5分  
<http://www.big-u.jp/>



## 兵庫会場：兵庫県学校厚生会館

平成26年 2月22日(土)

- ◆ 第1回 13時開始 14時50分終了
- ◆ 第2回 15時30分開始 17時20分終了
- ◆ 募集人員 各回 8人
- ◆ 最低挙行人員 各回 6人
- ◆ 申込受付締切日 平成26年 2月12日(水)
- ◆ 会場 〒650-0012 神戸市中央区北長狭通4-7-34  
Tel 078-331-9955
- ◆ アクセス JR・元町・阪神元町駅東口から北へ徒歩約1分  
<http://www.kouseikai.or.jp>



## 京都会場：ホテルルビノ京都堀川

平成26年 3月1日(土)

- ◆ 第1回 10時開始 11時50分終了
- ◆ 第2回 13時30分開始 15時20分終了
- ◆ 募集人員 各回 16人
- ◆ 最低挙行人員 各回 6人
- ◆ 申込受付締切日 平成26年 2月19日(水)
- ◆ 会場 〒602-8056 京都市上京区東堀川通り下長者町下ル3-7  
Tel 075-432-6161
- ◆ アクセス JR京都駅よりバスで堀川下長者町下車徒歩約2分  
<http://www.rubino.gr.jp/>



## 滋賀会場：ライズヴィル都賀山

平成26年3月20日(木)

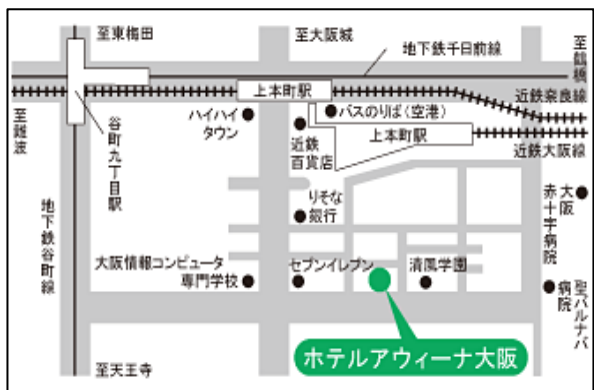
- ◆ 第1回 13時開始 14時50分終了
- ◆ 第2回 15時30分開始 17時20分終了
- ◆ 募集人員 各回 16人
- ◆ 最低挙行人員 各回 6人
- ◆ 申込受付締切日 平成26年 3月 5日(水)
- ◆ 会場 〒524-0033 守山市浮気町300-24  
Tel 077-583-7181
- ◆ アクセス JR守山駅より徒歩約2分  
<http://www.tsugayama.or.jp/>



## 大阪会場：ホテルアウィーナ大阪

①平成26年3月15日(土) ②3月25日(火)

- ◆ ① 第1回 10時開始 11時50分終了
- ◆ ① 第2回 13時30分開始 15時20分終了
- ◆ ② 第1回 13時開始 14時50分終了
- ◆ ② 第2回 15時30分開始 17時20分終了
- ◆ 募集人員 ①②とも各回 16人
- ◆ 最低挙行人員 ①②とも各回 6人
- ◆ 申込受付締切日 ①平成26年 3月 5日(水)  
②平成26年 3月14日(金)
- ◆ 会場 〒543-0031 大阪市天王寺区石ヶ辻町19-12  
Tel 06-6772-1441
- ◆ アクセス 近鉄大阪上本町駅より徒歩約3分  
<http://www.awina-osaka.com/>



※ 書類確認等の受付がございますので、開始時間10分前までにお越しください。

## ご予約に当たっての 注意事項



★所属されている支部が所在する府県以外の会場でも、参加していただけます。

★各回ごとに最低挙行人員を設定しております。

申込受付締切日までに、予約者数が最低挙行人員に達しない場合は中止とさせていただきます。その場合、予約された方には近畿中央病院より中止の連絡をいたします。

★予約状況により、男女数に偏りがある場合は、男女混合のグループ指導となります。

★積極的支援の方は、指導開始3ヶ月後に、近畿中央病院にて「個別面談(個別指導A)」を受けていただけます。日程等については、ご予約の際にご相談させていただきます。

★ご予約は、電話・ファクシミリ・郵送にて承ります。

★ファクシミリ・郵送の場合は、専用申込書をご利用ください。

★お電話の場合は、支部発行の「特定保健指導利用券」と「組合員証または被扶養者証」をご用意のうえお電話くださいますようお願いいたします。

予約申込、お問合せ等は **近畿中央病院 「健康管理係」**まで。

FAX (072) 781-2215 専用申込書に必要事項をご記入のうえ送信ください

TEL (072) 781-3712 内線695 月~金曜日(祝除く) 10時~17時

★12月28日~1月5日は年末年始休業につき受付はいたしておりません。



**近畿中央病院でも特定保健指導を実施しています。お気軽にご相談ください!!**

### 初回グループ指導 (近畿6府県会場で実施する内容と同様です)

◆ 月曜日~金曜日(祝日除く) 12時45分開始 14時35分終了

◆ 月・水・金曜日(祝日除く) 15時00分開始 16時50分終了

※実施日の10日前(10日前が土、日曜日の場合はその前の金曜日)に、申込受付を締切ります。

※平成25年度の予約申込は、平成26年3月20日(木)にて受付を終了いたしますので、ご注意ください。



### 交通機関をご利用の場合

- 阪急神戸線 塚口駅より伊丹市バス約10分
- JR東海道本線 立花駅よりタクシー約15分

### 自動車をご利用の場合

- 国道43号線から  
道意交差点より北へ約5.5km
- 名神尼崎インターから  
北側へ出て五合橋線または道意線を北へ約3km

〒664-8533

兵庫県 伊丹市 車塚 3丁目1番地

電話 (072) 781-3712



公立学校共済組合  
近畿中央病院