

DVD貸出申込書

一般財団法人 香川県社会保険協会 あて (FAX番号 087-837-1661)

1. 申込DVD(一度の貸出は3枚までで希望するDVDに○をつけてください)

新作DVD入荷しました!

希望	人気ランキング	タイトル	時間
	new!	働く人の睡眠と健康～あなたの睡眠足りていますか?	24分
	new!	働く人の睡眠と健康～快眠習慣のための10の方法	24分
	準新作!	新・特定保健指導と糖尿病重症化予防を成功させるコツ	58分
	準新作!	はじめてのマインドフルネス「心の筋トレ」	72分
	1	ちょちょいのちょいトレ ストレッチ&筋トレでコリほぐしと運動不足解消	46分
	2	3秒から始める腰痛体操	49分
	3	元気な職場をつくるメンタルヘルス5「自分でできるストレス・コントロール」	25分
	4	<食で健康> バランス食のススメ	43分
	5	ちょちょいのちょいトレ 毎日筋活部 筋肉を育ててメタボを予防しよう	60分
	6	ちょちょいのちょいトレ ストレッチ&筋トレ 生活習慣化のすすめ!	67分
	7	1分ストレッチ 健康と美ボディを手に入れる	83分
	8	元気な職場をつくるメンタルヘルス7「ストレスチェックを活用したセルフケア」	25分
	9	名医にQ:心臓を守ろう!狭心症の意外なサイン	77分
	10	実はこわい 歯周病 徹底対策	58分
	11	1分ストレッチ 健康と美ボディを手に入れる	83分
	12	高血圧 きっと治せる!この一歩	58分
	13	あなどれない!不整脈	44分
	14	夏の熱中症・冬のヒートショックに気をつけよう	42分
	15	正しく知れば怖くない がんのお話	26分
	16	若々しい体をキープ!エクササイズ&ダイエット	32分
	17	心臓病:心筋梗塞を見逃すな	43分
	18	トータル・ヘルスプロモーションのための健康サポート体操	60分
	19	脳卒中:脳梗塞を防げ	44分
	20	<健康長寿>はじめよう!自分でできる体づくり	58分
	21	はじめてのウォーキング&ジョギング	31分
	22	Good-byeストレス	29分
	23	きょうの健康:ひざ痛克服	57分
	24	スロートレーニングで太らない体をつくる	77分

睡眠不足と睡眠障害について



new!

一日の1/3を占める睡眠時間、気になるぐっすり眠るための快眠習慣!

new!



準新作!



準新作!



2. 利用期間(15日以内)

令和 年 月 日 ~ 令和 年 月 日(返却予定日)

3. 受取方法(どちらかに○をつけてください) 返却方法(どちらかに○をつけてください)

発送 来所

発送 来所

4. その他 DVDを返却する際の郵送料については、ご負担願います。また、DVDの複製、公衆送信、団体での上映会は禁じられています。DVD貸出中の際は、ご希望に そえない場合がございますので、ご了承ください。

上記のとおり、DVDの貸出を申込みます。 令和 年 月 日

事業所名		担当者名	
所在地		電話番号	