

令和5年2月15日

事業主様

愛鉄連健康保険組合  
常務理事 井崎 茂

「社会保険の知識」の申し込み及び  
新入社員向け事業所内研修のご案内について

日頃は、当組合の事業運営にご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

さて、当組合では、新入社員向けに社会保険制度のあらましをまとめた冊子「社会保険の知識」を製作しております。

新入社員に配付を希望される事業所におかれましては、裏面の「①社会保険の知識申込書」に希望冊数等を記入のうえ、コスモウェブか申込フォーム（QRコードからのアクセス）にてお申し込みください。なお、「社会保険の知識」の発送につきましては、3月13日以降となりますのでご了承ください。

今年も、4月3日（月）～7日（金）の5日間、概要説明・健康講話のウェブセミナー（ウェビナー）を開催いたします。ウェビナー時に質問にお答えすることもできますので、対面セミナーに近い状況でご覧いただけます。ウェビナーを希望される場合は、別紙「②健康保険概要説明・健康講話ウェビナー申込書」にてお申し込みください。

また、新型コロナウイルスの流行を受けて、新入社員研修等でご利用いただけるよう当組合の職員による「健康保険の概要説明」や保健師・管理栄養士による「健康講話」のYoutube動画を制作しております。コスモウェブに登録いただいている事業所へは、ご登録のメールアドレスへURLをお送りいたします。まだ登録がお済みでない場合は、コスモウェブへのご登録もしくは、当組合までご連絡ください。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ウェビナー及びYoutube動画のご利用を推奨しております。ご不便をお掛け致しますが何卒ご理解の程よろしく願いいたします。

対面での実施を希望される場合は、4月10日以降10時から16時の日程で随時ご訪問させていただきますので、当組合の担当者までご連絡ください。（対面での実施は東海3県の事業所とさせていただきますので、ご了承ください）

※「社会保険の知識」は、数に限りがありますので、新入社員の人数分のみとさせていただきます。何卒ご了承くださいますようお願い申し上げます。新入社員分以外でご入用の場合は、当組合までお問い合わせください。

【お問い合わせ・お申込み先】

愛鉄連健康保険組合  
健康管理課 野崎・川口  
TEL：052-461-6131

申込みについては、裏面と別紙をご覧ください →

## ①社会保険の知識申込書

申込期限：令和5年3月10日（金）まで

\*「社会保険の知識」を希望される場合は、下記事項をご記入のうえ、本紙を  
コスモウェブにアップロード、もしくは、下記のQRコードからご回答ください。

【「社会保険の知識」申込フォーム】



冊

送付期限 令和 年 月 日までに

※希望の日付を記入してください。（発送は、3月13日以降となります）

連絡事項など：

記号

事業所所在地  
事業所名  
担当者氏名  
連絡先TEL

## ②健康保険概要説明・健康講話ウェビナー申込書

申込期限：令和5年3月10日（金）まで

### 【内容】

<b>A：概要説明</b> ○健康保険についてのご案内（30分）	主に健康保険の制度や保険給付、組合の保健事業についてお話しします。
<b>B：カラダの健康について</b> ～新社会人としての健康管理とは～ ○社会人からの健康づくり ○健康な身体を作る生活習慣（30分）	社会人からの健康づくりが重要である意味について、男性は特にメタボリックシンドローム、女性は特にやせが及ぼす影響を事例紹介しながら学んでいきます。後半は健康な身体を維持するための生活習慣についてチェックリストを用いてお話しします。
<b>C：カラダの健康について</b> ～食事・身体活動量編～ ○食事による体内時計の整え方 ○バランスの良い食事について ○生活の中でできる運動 等（30分）	新社会人の生活変化に着目して、身体の健康について考えます。体内時計の整え方やバランスの良い食事について説明し、自分自身の食生活の改善について考えます。生活の中で出来る消費カロリー（身体活動量）を増やす方法についてお話しします。
<b>D：こころの健康について</b> ○ストレスとは ○ストレス対処方法 等（30分）	ストレスとは何か、ストレスが続くことで現れやすい心身のサインについてお話する中で、ストレス対処方法について学びます。セルフチェックも行いながら、自分のこころの健康について考えます。

### 【開催日時】

ウェビナーの参加をご希望される場合は、下記の希望日時と視聴予定の講話に○印をつけ、本紙をコスモウェブにアップロードまたは、下記のQRコードよりご回答ください。

選択	日時	視聴予定の内容に○をご記入ください。			
		A	B	C	D
	令和5年4月3日（月）13：30～15：30				
	令和5年4月4日（火）10：00～12：00				
	令和5年4月5日（水）13：30～15：30				
	令和5年4月6日（木）10：00～12：00				
	令和5年4月7日（金）13：30～15：30				

※各講話30分、A→B→C→Dの順で、合計2時間を予定しております。

ウェビナー中の入退室は可能です。お気軽にご参加ください。

ウェビナー申込フォーム 



### 【コスモウェブ未登録の場合】

ウェビナー及び動画のURLをコスモウェブの登録アドレスへご案内します。

まだ、登録がお済みでない場合は、ご登録手続きをお願いいたします。ご要望・ご不明点等ございましたら、当組合の担当者へご連絡ください。

記号 \_\_\_\_\_

事業所名 \_\_\_\_\_

担当者氏名 \_\_\_\_\_

連絡先TEL \_\_\_\_\_