

令和6年7月25日

三重交通グループホールディングス株式会社
総務人事グループ

三重交通グループ薬膳講座 参加者募集について

標題の件、三重交通グループにおける健康経営、リカレント教育の一環として、社員が主体的に楽しみながら、健康・食生活について学びを深めることを目的とした「薬膳講座」を鈴鹿医療科学大学の協力のもと、下記のとおり開講いたします。

つきましては、参加者を募集しますので、是非お申込み下さいますようお願い申し上げます。

記

1. 受講対象者

三重交通グループに所属し、参加を希望する社員

※本講座は、オンライン講座となり、パソコン・スマートフォン等で各自お好きな場所で受講いただくため、通信環境が必要となります

2. 講座内容

食べもので体を整え、病気を防ぐという「薬膳」の考えのもと、普段の生活に活かせる食事・栄養・健康運動について学べます。どなたでも受講しやすい、身近な内容となります。

3. 開講日程

【講 義】Zoomを用いたオンライン講義全5回

全回 19:00~20:00 (各自のパソコン・スマートフォンにて視聴)

第1回 令和6年10月11日 薬膳の基礎

第2回 令和6年11月8日 からだの不調に対する薬膳 (冷え・胃腸トラブル編)

第3回 令和6年12月13日 からだの不調に対する薬膳 (疲れ・肌荒れ編)

第4回 令和7年1月10日 健康寿命を延ばすためには

第5回 令和7年2月14日 ツボと健康運動 (肩こり・腰痛編)

【調理実習】鈴鹿医療科学大学構内での調理実習1回

第6回 令和7年3月8日 9:30~13:30

(参加者多数の場合、予備日3月9日の2日間に渡り実施)

※1 講義当日に参加できない場合も、申込み可。

講義を録画した動画を令和7年3月末まで視聴できます。

※2 調理実習の出席、欠席については、申込時にご選択ください。

4. 参加費用

参加者無料 ※グループ各社に実施費用を参加人数按分にて請求いたします

5. 認定証等の発行について

全講座を修了し、課題を提出した受講者に対しては、「健美薬膳師証」を授与します。

6. 申込方法

別紙「三重交通グループ薬膳講座申込書」に必要事項をご記入のうえ、所属会社担当者宛に、令和6年8月20日(火)までにご提出ください。

以上

三重交通グループ薬膳講座申込書

会社名：

部署名	社員番号	(フリガナ) 参加者氏名	調理 実習	メールアドレス ※オンライン講義受講のための URL をお送りします	電話番号 ※実習時 緊急連絡先
		()	出席 欠席		

「薬膳講座」参加希望の場合は、本申込用紙を**所属会社の担当者宛**に、令和6年8月21日(水)までにご提出ください。

【薬膳講座の申込・概要等に関するお問い合わせ】

三重交通グループホールディングス株式会社 総務人事グループ 前川・西村
TEL：059-229-5516（平日9：00～18：00）