

11月に開催予定の「ヘルスアップセミナー」については、既に参加申込受付期間を経過しておりますが、広島会場の定員に若干余裕があります。

については、下記のとおり追加募集を行いますので、ぜひ、お申込みください。

なお、セミナーの詳細及び申込みについては、[こちら](#)をご覧ください。

※福山会場については、申込者多数につき、抽選を行い参加決定についてお知らせする予定です。

1 開催日及び場所

広島会場 2024年11月2日（土）10時開講
広島市文化交流会館

※参加対象は組合員とその被扶養者です。

2 セミナーの内容

時 間	講演内容
10:00～	・心と身体の相互作用 講師 元プロバスケットボール選手 仲摩匠平さん ・腸から始める生活習慣改善
12:00～	昼 食
13:00～	・効果的なウォーキング ・椅子ヨガ
14:45～	本日の振り返り

3 申込締切日

共済事務担当課への提出締切日

10月15日（火）

共済組合提出締切日

10月18日（金）