

参加者募集

ヘルスアップセミナー開催!

健康生活のスキルアップをサポートします

健康

コナミスポーツクラブによる 生活習慣病予防セミナー・ボディメイクセミナー

生活習慣病予防をテーマに、管理栄養士や健康運動指導士など、専門的知見をもったコナミスポーツクラブの有資格者が、講師としてわかりやすくセミナーを実施します。

生活習慣病予防セミナー (メタボ予防) **広島会場**

ボディメイクセミナー (ダイエット) **福山会場**

美容

おもしろいほど体の調子よくなる 4つの生活習慣 **広島会場**

広島県在住で美容と健康ヨガ教室代表の大滝さやかさんによる、実際に体を動かしながらできる参加型セミナーです。体の仕組みに基づいた運動・ストレッチ・ヨガを実施します。楽しく体を動かしましょう。



脳活性

江草式脳トレ!

福山会場

広島県福山市出身の元広島東洋カープ投手である江草仁貴さんによる体を動かしながらできる「江草式脳トレ」です。

江草式脳トレとは、ドイツ発祥のライフキネティックがベースになった、画期的なメソッドです。集中力、記憶力、学習能力の向上や、身体のリラゼーションに役立つ情報を得ることができます。



広島会場と福山会場で 開催します!

ご自分の健康生活のスキルアップの参考にしてみてはいかがでしょうか。ご家族(被扶養者に限ります)、職場の仲間と募って、楽しくご参加ください。
※それぞれの会場での開催内容は異なりますので、内容、日程、開催場所等の詳細について裏面でご確認ください。

84円切手をお貼りください。

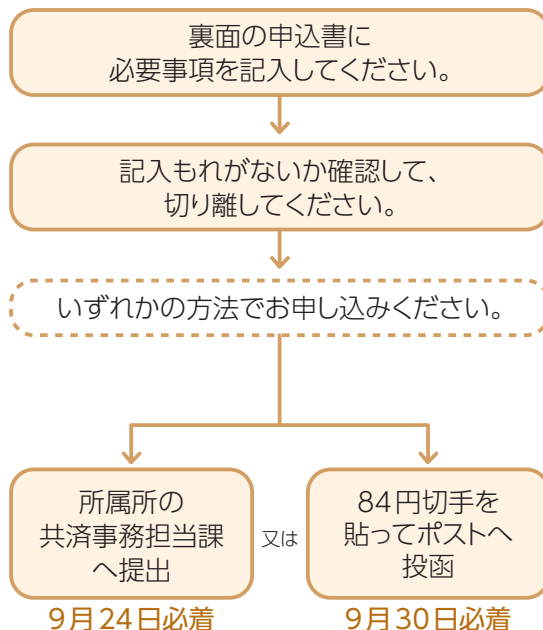
7300036

広島市中区袋町 3-17
シンシンヨービル7階

広島県市町村職員共済組合 行

山折り線

申込方法



組合員名前

① 開催日程・場所

	第1回	第2回
メインテーマ	健康 美容	健康 脳活性
会場	広島会場 2021年10月31日(日) 10:00~14:30 広島県民文化センター 広島市中区大手町1丁目5-3	福山会場 2021年11月6日(土) 10:00~14:30 広島県民文化センターふくやま 福山市東桜町1-21
内容	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病予防セミナー (コナミスポーツクラブ) 美容と健康のヨガセミナー (美容と健康アドバイザー・ヨガ講師 大滝さやかさん) 	<ul style="list-style-type: none"> ボディメイクセミナー (コナミスポーツクラブ) ヘルスアップセミナー (元プロ野球選手 江草仁貴さん)

② 参加資格 組合員（任意継続組合員を含む）とその被扶養者

③ 募集人数 広島会場 30名、福山会場 40名
※申込多数の場合抽選となります。

④ 申込方法 9月30日(木) 必着。
下記の申込書でお申込みください。



※昼食は共済組合では用意しませんので、各自分散しておどください。
※当日は、国、県等の方針に沿って新型コロナウイルス感染症の感染予防対策を施したうえで開催します。
※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によって、中止となる場合があります。

お問い合わせ先 福祉課 ☎082-545-8886

↓ 投函する場合は、この面を半分に折って、のりしろにのりづけし、84円切手を貼ってポストに投函してください。

のりしろ→のりづけしてください。(または封筒に入れてください)。

ヘルスアップセミナー 参加申込書

■申込者

組合員証記号		名 前	電話番号
組合員証番号			

■参加者・希望会場

名 前	組合員との続柄	参加希望会場に○ 両日参加の場合は両方に○
	本人 ・ 被扶養者	広島会場 ・ 福山会場
	本人 ・ 被扶養者	広島会場 ・ 福山会場
	本人 ・ 被扶養者	広島会場 ・ 福山会場
	本人 ・ 被扶養者	広島会場 ・ 福山会場

この申込書に記載された情報は、ヘルスアップセミナー以外の目的には使用いたしません。