

体も心も健康に!

ヘルスアップセミナー を開催します

参加者
募集

日々の生活の中で実践できる健康づくりをテーマとした
セミナーを開催します。

今回のテーマは…

笑い与健康
落語
三遊亭
楽麻呂師匠

美腸活

体幹

1 開催日及び場所(各回とも同一の内容です。10:00～15:40)

第1回

2018年9月20日(木)

ワークピア広島 広島市南区金屋町1-17

第2回

2018年9月26日(水)

福山労働会館みやび 福山市南蔵王町4-5-18

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

各会場 50人

4 申込方法

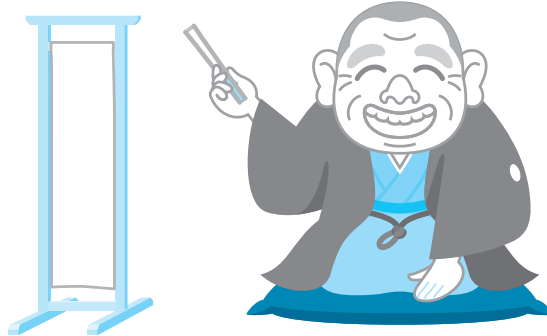
8月31日(金)までに所属所の共済事務担当課にお申し込みください。
(任意継続組合員とその被扶養者の方は、共済組合福祉課へ直接ご連絡ください。)

5 セミナー内容(予定)

「笑い与健康(落語)」

「美腸活セミナー ～胃腸力を高めていつまでも健康に～」

「今日からできる! 体幹引き締めトレーニング&ストレッチ」



お問い合わせ先 福祉課 ☎082-545-8886