



心と身体健康づくりセミナー

当協会では、事業所様の健康づくり、職員の方の健康意識の向上のお手伝いのため、いろいろなジャンルをテーマに健康講習会を開催しております。「健康経営」を取り組むきっかけ、また健康管理のお役立てとしてぜひご参加ください。

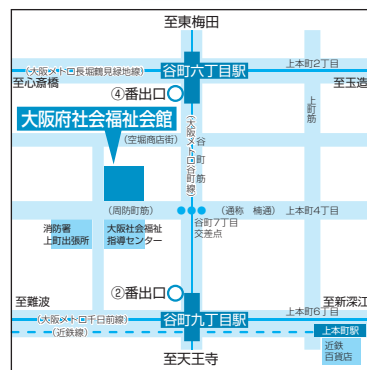
第6回

夏バテ改善！ ～何となくの不調にさようなら！カラダとココロを整える夏にたく～

夏は熱中症だけでなく、冷房病・夏バテや食中毒など、体の不調を招くものがどこにでもひそんでいます。この講義では、それぞれの対策を学ぶだけでなく、自分で取り組めるストレッチ・呼吸法と瞑想を体験できます。日々の健康習慣のヒントにして快適な夏を過ごしましょう！



- 日 時 令和7年7月24日(木) 14時30分～16時00分
- 場 所 大阪府社会福祉会館 4階 403 (大阪府中央区谷町7-4-15)
- 参加資格 大阪府内の年金事務所(日本年金機構)または全国健康保険協会大阪支部で厚生年金保険・健康保険の適用を受けている事業所に勤務されている方(健康保険組合の方も含む)。
※1事業所1名様のお申し込みとなります。
※申込締切後、お問い合わせいただき定員枠に空きがある場合は追加申込が可能です。(お電話でお問い合わせください)
- 定 員 60名 ※定員を超える申し込みがあった場合は、抽選となります。
- 参加費用 無 料 (※資料はこちらで用意しますので、筆記用具をご持参ください)
- 申込締切 令和7年7月4日(金)15時まで
- 講 師 飯田 文氏 (保健師、健康運動指導士)
- 申込方法 ・参加申込書に必要事項をご記入のうえ、[大阪府社会保険協会へweb申込またはFAXにてお申し込みください。](#)
・締め切り後、協会より[参加証等をFAXにてご通知](#)させていただきます。



▶大阪メトロ谷町線・長堀鶴見緑地線「谷町六丁目駅」4番出口(谷町筋を南に280m)
※駐車場に限りがございますので、公共交通機関でお越しください。
※駐輪場はございません。

●主 催 一般財団法人 大阪府社会保険協会

web 申込はこちら

<https://forms.gle/FMZbH8ESdpB1ofmJ7>

※web申込につきましては、協会ホームページもしくは二次元コードから申込フォームにアクセスし、必要事項を入力してください。



(注:FAX送信時は番号誤りにご注意ください)

(FAX返信予定日:締め切り後7日前後にFAXいたします)

留 意 事 項

①切り取らずA4サイズのままFAXしてください。②FAXのみのご連絡となります。③もし未着の場合は、お手数ですが協会に開催日の5日前までにお問い合わせください。④後日、FAXいたします参加証は大切に保管していただき、当日お持ちください。

切らずにこちらに
FAXしてください



協会宛FAX 06-6786-8437

令和7年度

心と身体健康づくりセミナー参加申込書

		申 込 日	令和7年	月	日
事業所名称			会員・非会員		
事業所所在地			(7- -)		
参加者氏名	ふりがな			男・女	
事業所電話番号	F A X 番 号				

※この申込書にご記入いただきました個人情報、本事業の運営およびそれに関するご連絡・ご案内以外には使用いたしません。