



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」に取り組むきっかけ、また健康管理のお役立てとしてぜひご参加お待ちしております！

第9回

ぽっこりお腹をリセット！～無理なく続けられる生活習慣病予防のコツ～

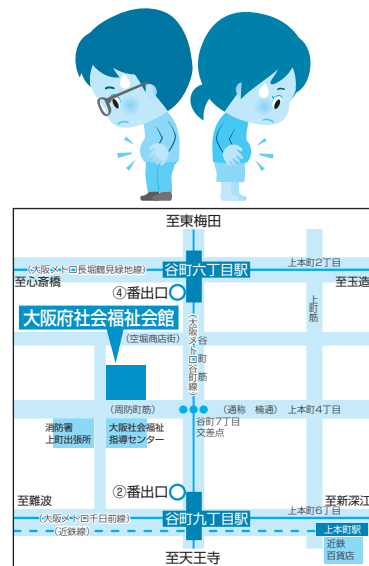
気づくといつの間にかついているポッコリお腹。今回は即、取り組めるポッコリお腹撃退法を食事、運動、姿勢等から考えてみたいと思います。お気軽にご参加ください！

- 日 時 令和8年12月11日(金) 14時30分～16時00分
- 場 所 大阪府社会福祉会館 3階 301 (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2名様のお申し込みが可能です。

※申込締切後、定員枠に空きがある場合は追加申込が可能です。
協会ホームページで空き状況をご覧ください。

- 定員 70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8年11月17日(火)15時まで
- 講師 杉山 洋子氏 (保健師、循環器病予防療養指導士、心理相談員)
- 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/Md8q1b2ySLW7kXNGA>



(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)

※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。

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8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 8 年 月 日	
事業所名称			会 員 ・ 非 会 員 (8 - -)	
事業所所在地				
参加者氏名	ふりがな ①	男 ・ 女	ふりがな ②	男 ・ 女
事業所電話番号	平日につながる番号をご記入ください。		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。