

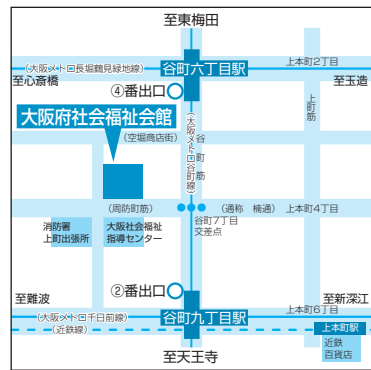
健康講習会

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8回 その疲れ、気づいていますか？ ～今日から使える『疲労回復の実践講座』～

「なんだかずっと体が重い…」そんな疲れに気づいていますか？
呼吸法や簡単なストレッチを交えながら、食事や睡眠のコツを楽しく学びます。
90分後には、心も体もリセットして帰りましょう！
*動きやすく、締め付けない服装でご参加ください。



▶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。

- 日 時 令和8年7月21日(火) 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 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8年7月7日(火)15時まで 追加申込7月8日(水)～
- 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。

●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/hTAcn9EeyEqs1Dmc7>

※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	男・女	ふりがな	男・女	
	①		②		
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は、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。