

健保連大阪連合会主催 『健康セミナー』のご案内

テーマ メタボ予防・改善のための運動 ～手軽にできるストレッチ・筋トレ～
※講演に加えて、その場でできる簡単なストレッチも実施する予定です。

講師 立命館大学 スポーツ健康科学部

教授 家光 素行 氏

日時 令和7年6月25日(水) 午後3時～午後4時30分

場所 国民會館（武藤記念ホール）
〒540-0008 大阪府中央区大手前2-1-2
国民會館大阪城ビル12階
TEL: 06-6941-2433

対象 ①健保組合の被保険者、家族
②事業所の保健担当者、福利厚生担当者、保健師・看護師

申込み 別紙申込書に必要事項をご記入のうえ、大阪機械工具商健康保険組合まで
FAX(06-6533-0216)にてお申し込みください。