



平成29年度 どけんぽヘルシースタジオ
プログラム 参加申込書



FAX

03-3264-4390



TEL

03-6850-6484



参加を希望されるプログラムに○をご記入ください
複数のお申込みは可能ですが、④、⑤についてはどちらかをお選びください。

①		平成30年2月2日(金曜日) 11:00~13:30 糖尿病予防ヘルシーメニュー ~糖を抑えたおいしい料理を教えます~	【申込み締切】 1月19日 (金曜日)
②		平成30年2月10日(土曜日) 11:00~13:30 糖尿病予防ヘルシーメニュー ~絶品! 血糖を上げないとおきごはん~	
③		平成30年3月9日(金曜日) 11:00~12:30 骨! コツ! あきらめない! 骨を強くする方法 ~ご存じですか? 乳和食~	【申込み締切】 2月16日 (金曜日)
④		平成30年3月14日(水曜日) 10:30~13:30 カルシウムを上手に取ろう ~意外なおいしさ発見! ミルク和食コース~	【申込み締切】 3月2日 (金曜日)
⑤		平成30年3月15日(木曜日) 10:30~13:30 カルシウムを上手に取ろう ~異国の香りに誘われて アジアンコース~	

※
④・⑤は
どちらか
をお選び
ください

氏名		記号・番号 ※ 保険証をご確認ください
フリガナ		71- .
住所	〒 -	
電話番号	*日中ご連絡の取れる電話番号をご記入ください。	
食物アレルギーはありますか なし ・ あり		※アレルギー食材を記入してください。 []
今後のプログラムご案内を 希望される方はメールアドレス をご記入ください。		

- ★先着順となります。定員になり次第、締め切りといたします。
- ★FAXでお申込みの方には参加可否を電話にてご連絡いたします。
- ★個人情報はプログラムへの参加・ご案内に関する以外には使用いたしません。

お問合せ
お申込み先

全国土木建築国民健康保険組合
保健事業部 健康推進課



03-6850-6484

受付時間 平日 8:45~17:15