

締切:平成30年6月1日(金)

定員:30名(先着順)

対象者:どけんぽの資格をお持ちの方

参加費 **無料**

骨！コツ！あきらめない！ ～骨を強くする方法～

セミナー開催決定!!

開催日 平成30年6月15日(金)

開催時間 13:30～16:00(受付13:00より)

全国土木建築国民健康保険組合 関西事務所4階会議室

セミナー開始前

「骨密度測定」を行います!!
ご自身の骨密度を確認してみましょう

第1部

「骨粗鬆症予防について」講話

骨粗鬆症の救世主!?

NEW! 和食の**「乳和食」**の**試食体験**

第2部

健康運動指導士による**「実技」**

骨に刺激を与えるため、自宅で

簡単に出来る運動を**実技体験**

当日は動きやすい服装でお越しください

注: 病気がある方は主治医にご確認ください

「カルシウム」にちなんだ**お土産**もご用意しています!!

主催:全国土木建築国民健康保険組合 大阪健康支援室

TEL:06(7660)0090 FAX:06(6946)7806

骨！コツ！あきらめない！セミナー参加申込書 ～骨を強くする方法～



(連絡先)

全国土木建築国民健康保険組合

大阪健康支援室

担当：渡辺・高橋

下記事項をご記入のうえTEL・FAXにて

TEL：06-7660-0090

6月1日までにお申込みください。

FAX：06-6946-7806

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。	
運動の制限について、医師から指示はありますか		
なし・あり		※ありの場合は事前に連絡させていただきます
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〕

会場案内

[交通案内]
 天満橋駅(地下鉄谷町線)「4号出口」から徒歩7分
 北浜駅(地下鉄堺筋線)「4号出口」から徒歩10分

全国土木建築国民健康保険組合
 関西事務所 4F会議室
 大阪市中央区釣鐘町2-4-9