

参加賞プレゼント



健康促進イベント

家でできる

健康運動

自宅でできる運動の重要性を考えよう!

2021年11月21日(日)
10時00分～12時00分(受付開始9時30分)

スポーツクラブ
NASの
トレーナーが
丁寧に指導!



参加費

無料

募集人数

50名様限定

※感染症対策のため、シティプラザ大阪最大の会場を使用して、少人数で実施します。
※応募多数の際は抽選となります。
※参加いただく方には、参加通知の発送をさせていただきます。

イベント内容

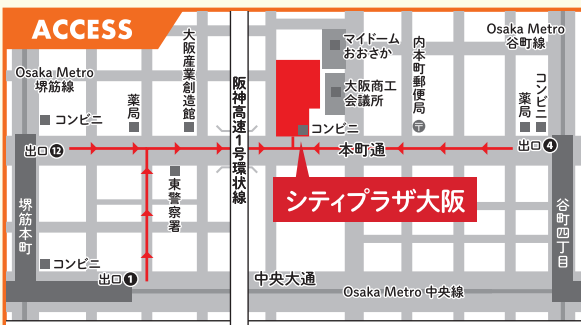
- ◇健康促進セミナー
ウォーキングセミナー
- ◇健康フィットネス
 - ①ウォーキング実践
 - ②ストレッチ
 - ③ヨガ
 - ④簡単トレーニング

ランチ特典

【予約ありの場合】
特別メニュー「季節の健康御膳」
4,500円相当 ▶ **500円**
【予約なしの場合】
通常メニュー ▶ **5%OFF**

開催場所

シティプラザ大阪 2階



Osaka Metro
堺筋線・中央線「堺筋本町」駅 12、1号出口より 徒歩6分
谷町線・中央線「谷町四丁目」駅 4号出口より 徒歩7分

申込方法

参加される方は、本誌下欄の<申込書><参加券>に必要事項を記入のうえ、<申込書>はそれぞれの所属所共済組合事務主管課へ提出し、<参加券>は<参加通知>と共に当日受付へお持ちください。

- 申込締切 令和3年11月1日(日)
- 参加資格 大阪府市町村職員共済組合の組合員およびその家族

(主催) 大阪府市町村職員共済組合 福祉課
TEL.06-6941-0366

動きやすい服装でお越しください。

みなさまの安心・安全のため感染症対策を実施しております。参加される方はマスク着用などの感染症対策のうえご参加ください。



※キリトリ線

※キリトリ線

健康促進イベント「家でできる健康運動」参加申込書		
組合員証記号番号	記号	番号
組合員氏名	参加・不参加	
参加家族氏名	区分	ランチ予約
	大人・子ども	する・しない
	大人・子ども	する・しない
	大人・子ども	する・しない

令和3年度 健康促進イベント		組合員証記号番号	
記号	番号	記号	番号
家庭でできる健康運動		組合員氏名	
参加券		参加人数	
大人	子ども	名	名

※上記子どもの人数に応じて子供用ランチに変更します。