

令和8年度

参加  
無料

# 健康づくりセミナー出張講座

第1回

ワクリエ新居浜

R8

8/4(火)

第2回

大洲市総合福祉センター

R8

8/7(金)

開催時間 13時～15時15分(受付12時30分～)

定員 各会場20名 ※申込みが定員を超えた場合は先着順

**セミナー内容** ※会場とも内容は同じ

**歩くのがラクになる！姿勢改善ピラティス講座&**

**身体年齢チェック(インボディ測定など)・身体年齢に関するショートセミナー**

講師 合同会社ラフィットトレーナー

**☆参加者にはコンディショニングガイドブックと健康食品を贈呈します！**

申込方法 「参加申込書」を公立学校共済組合愛媛支部まで提出してください

申込締切 **7/7(火)必着**決定者は申込書に記載していただく連絡先に7/15までに通知します

対象者 公立学校共済組合愛媛支部の組合員、関係所属所職員及びその家族

**会場** ※無料駐車場の利用が可能ですが台数に限りがありますのでご注意ください

◆第1回 8/4(火)

ワクリエ新居浜「多目的室」

新居浜市新田町1丁目8-56

◆第2回 8/7(金)

大洲市総合福祉センター「多目的ホール」

大洲市東大洲270番地1

「参加申込書」は、公立学校共済組合愛媛支部ホームページからダウンロードできます

<公立学校共済組合愛媛支部ホームページ>

<https://www.kouritu.or.jp/ehime/kousei/seminar/shucchoukouza/index.html>



(お問い合わせ・申込書提出先)

公立学校共済組合愛媛支部 総務・健康グループ

松山市一番町4丁目4番地2 電話番号 089-941-5393