

こころとからだのリフレッシュセミナー

実施日 及び会場	福山会場 7月28日(土) 福山市生涯学習プラザ 大会議室 まなびの館ローズコム4階 (福山市霞町1-10-1)	広島会場 8月4日(土) 広島県健康福祉センター 7階 中会議室等 (広島市南区皆実1-6-29)
実施人数	50人	50人
プログラムの概要 (予定)	《午前の部》 9:30～ 受付 10:00～ 講義 こころの健康について 生活習慣病予防について 12:00～ 《昼食》 健康メニュー弁当をご用意します!	《午後の部》 13:00～ 運動メニュー 健康づくりのための運動 リラクゼーション 15:50～ 終了 ※スケジュール等は都合により一部変更することがあります。
申込方法	【申込先】〒730-8514 広島市中区基町9-42 公立学校共済組合広島支部 健康管理係 【申込資格】公立学校共済組合広島支部の組合員(家族1人の同伴ができます。) 【申込方法】「往復はがき」で申込み(申込者が多数の場合は抽選となり、抽選結果は各申込者に通知します。) 【申込締切日】6月22日(金)【必着】	

参加料は無料です!!

託児について

1歳以上で小学校低学年以下のお子さんを同伴する場合(複数名可)にご利用できます。
※お子さん用の昼食は提供しませんので、各自でご用意ください。

問合せ先：健康管理係 (082)513-4956



【往復はがき記載要領】

(返信用はがき) (往信用はがき)

62円	□□□□□□	「こころとからだのリフレッシュセミナー」 申込書
ご自分の住所		
氏名		1 会場名(福山、広島のいずれか) 2 所属コード・所属所名 3 組合員証番号 4 組合員氏名(フリガナ)・性別・年齢 (同伴者氏名(フリガナ)・性別・年齢) 5 住所 6 連絡先 TEL 7 託児の希望の有無(子の名前(フリガナ)・性別・年齢)

タブレット使って、自分の将来予測をしてみよう!!

平成30年度 ライフプランセミナー

教職員が「充実した心豊かで明るい人生」を実現するために、自らが在職中から退職後を見通した生涯生活設計(ライフプラン)を確立できるように、皆様の生涯生活設計を支援する年代別のライフプランセミナーを実施します。

※当日タブレットを皆さんに貸し出します。



コース	対象者	開催日	内容
生活充実型	40歳代で希望する職員	平成30年7月31日(火) 13:30～16:30(予定)	・今から始めるライフプラン ・タブレットでライフプランの作成
退職準備型	50歳代で希望する職員	平成30年7月30日(月) 13:30～16:30(予定)	・定年後に備えるライフプラン ・タブレットでライフプランの作成
場所	サテライトキャンパスひろしま 501・502大講義室		

※詳細や申込については別途、各所属所に通知します。