

こころとからだのリフレッシュセミナー

健康管理係
(082)513-4956

実施日 及び会場	広島会場 8月3日(土) 広島県健康福祉センター 8階 大研修室 (広島市南区皆実 1-6-29)	福山会場 8月10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)
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～ 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～ 健康づくりのための運動 リラクゼーション 15:00 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20日(木)【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ありませんので、各自でご用意ください。

【往復はがき記載要領】

(返信用はがき)

(往信用はがき)

62 円	ご自分の住所 氏 名	「こころとからだの リフレッシュセミナー」 申込書 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)
---------	-------------------	---

ライフプランセミナー

健康管理係
(082)513-4956

自分の将来予測をしてみよう!!

教職員が「充実した心豊かで明るい人生」を実現するためには、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)の確立をめざしていただくため、皆様の生涯生活設計を支援するため、年代別のライフプランセミナーを実施します。



コース	対象者	開催時期	開催地域	内容
生活充実型	40歳代で希望する職員	8月上旬(予定)	広島市	・今から始めるライフプラン
退職準備型	50歳代で希望する職員	8月上旬(予定)	福山市	・定年後に備えるライフプラン

※ 開催日や開催場所、申込方法の詳細については6月中旬に各所属所に通知します。