

# 元気いきいきリフレッシュセミナー参加申込書

令和8年8月22日(土)開催  
 午前 10:15~11:45  
 午後 1:15~ 2:45

< 申込締切日 > 令和8年7月8日(水) 17:00  
 < 申込方法 >

(郵送の場合) 〒690-8502 松江市殿町1番地 公立学校共済組合島根支部 保健担当  
 (FAXの場合) 0852-31-9631  
 (メールの場合) hoken@32shimane.kouritu.or.jp 件名を「リフレッシュセミナー申込」とし、申込書を添付してください。(写真データ可)

申込代表者は原則、  
 健サポフォームから  
 お申込みください。  
 (裏面参照)

代表者についての記入欄(代表者は組合員) **オンライン希望の方は1グループ1枚の申込書をお願いします。(1グループ1回線をお使いください)**

組合員番号		所属所名		会場参加希望欄(○印)	オンライン参加希望欄(○印)
(ふりがな) 組合員氏名		電話番号		1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方
住所	〒				

参加者情報							会場参加希望欄(○印)	オンライン参加希望欄(○印)
・組合員、家族のいずれかに○印を付してください。 <b>※家族のみの参加不可。</b> ・組合員の場合は組合員番号を必ずご記入ください。								
1	(ふりがな)	男・女	組合員・家族	組合員番号	年齢	電話番号	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方
2	(ふりがな)	男・女	組合員・家族	組合員番号	年齢	電話番号	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方
3	(ふりがな)	男・女	組合員・家族	組合員番号	年齢	電話番号	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方
4	(ふりがな)	男・女	組合員・家族	組合員番号	年齢	電話番号	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方
5	(ふりがな)	男・女	組合員・家族	組合員番号	年齢	電話番号	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方	1. 午前(多肉植物の寄せ植え) 2. 午後(マインドフルネスとヨガ) 3. 両方

※応募者多数の場合は抽選になります。

※オンライン参加希望者も午前・午後ともに申込可能。(ただし、**オンライン参加の場合寄せ植えキット等は2名様まで1セット、3名様以上で2セットをお送りします。**ご了承ください。)