

家で
できる

健康促進イベント

健康運動 Vol.2

自宅でできる運動の重要性を考えよう!

令和6年 **5月12日** 日

10時00分～12時00分
(受付開始9時30分)

参加賞

オーガニックコットンタオル
&
NASオリジナルヨガマット

プレゼント

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

イベント内容

- イスを使ったストレッチ&ウォーク
- 簡単全身トレーニング
- 映像と音楽で奏でるヒーリングヨガ

※プログラム内容を変更する可能性があります。

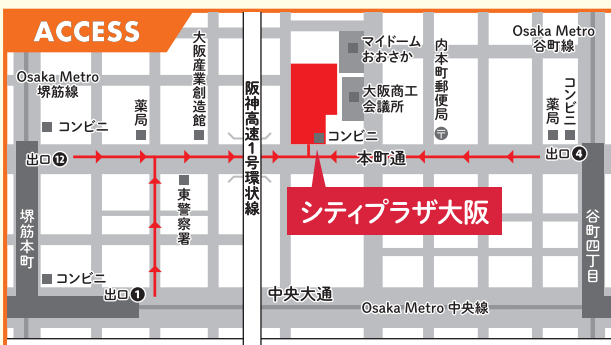
ランチメニュー

当日限定特別メニュー(要予約)

500円 / おひとりさま

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)に必要事項を記入のうえそれぞれの所属所共済組合事務主管課へ提出してください。

■ 申込締切 **令和6年4月2日** 火

■ 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。

※キリトリ線

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

※所属所 → 共済組合 締め切り 令和6年4月5日(金)