

きょうさい健康イベント

熱い漢のやさしい? 指導



# 小橋建太の プロレスエクササイズ!!! VOL.4



**ロコモティブ  
シンドローム対策!**

骨、関節、筋肉などの運動器が弱り、立つ・歩くといった機能が低下した状態が進行すると介護リスクが高まります。プロレスエクササイズで楽しく元気に予防しましょう!

**費用  
無料**

開催日

令和8年 **7** 月 **18** 日 (土)

時間

10:30 ~ 12:00  
(受付時間 10:00 ~)

費用

**無料**

場所

シティプラザ大阪  
2階特設会場

ランチ

大人 **1,000 円**  
こども **500 円**

※お支払いは現金のみでお願いいたします

参加資格

大阪府市町村職員共済組合の組合員及びその家族

定員

**50名**

※応募多数の場合は抽選となります。

服装

動きやすい服装でお越しください。  
更衣室の用意はございません。

申込締切

令和8年 **5** 月 **31** 日

注意事項

- ・発熱もしくは風邪症状のある場合は参加をお控えください。
- ・お車でお越しの場合は3時間無料券を発行いたします。
- ・ご提出いただきました個人情報は、セミナー開催以外の目的には使用いたしません。

【申込方法】

アプリ『マイヘルスウェブ』から申請してください

【抽選結果】

アプリ『マイヘルスウェブ』よりご確認ください



【お問合せ先】

大阪府市町村職員共済組合 福祉課 福祉係

TEL: 06-6941-4804