

森林浴セラピー教室 健康づくり教室(RIZAP健康セミナー)

参加者募集のお知らせ!

両教室とも、職場のお友達やご家族と一緒にご参加ください。

森林浴セラピー教室は、昨年に続き、嬭恋村の鹿沢園地の森林公園を散策したり、森の中でのヨガを体験したり、自然からいろいろな「癒し」を体感してください。

健康づくり教室では、ライザップの講師による食事指導を踏まえた栄養講演及び運動指導により、意識改革や健康への日常生活の改善のきっかけづくりを行います。

申込書は、「本組合ホームページ」にも掲載いたします。

参加の組合員及び被扶養者には、健康ポイント200ポイントを後日付与します。

セラピー教室及び健康づくり教室 参加資格：組合員とその家族

参加費用：無料（希望者多数の場合は、抽選となります。）

申込方法：申込書に記入し、申込締切日までにFAX又は郵送

募集人員の変更について訂正とお詫び

平成30年10月26日(金)開催予定の「健康づくり教室（RIZAP健康セミナー）」について募集人員を以下のとおり変更させていただきますので、訂正のうえお詫びいたします。

募集人員 80名 → **50名**

※募集人員を超えた場合には、抽選とさせていただきますのであらかじめご了承ください。

開催日等	開催場所	申込締切日	参加者決定	募集人員等
10/19(金) 森林浴セラピー教室	嬭恋村 鹿沢園地 (休暇村鹿沢隣接地) 鹿沢インフォメーションセンター	10/5(金)	10/10(水) 代表者に 通知発送予定	募集人員：25名 非日常の体験からあなたの中で何かが変わるかも。
10/26(金) 健康づくり教室 (RIZAP健康セミナー)	前橋市 群馬県市町村会館	10/12(金)	10/17(水) 代表者に 通知発送予定	募集人員：50名 意識が変われば、行動が変わります。

注) 各施設等への直接のお問い合わせは、ご遠慮ください。

各教室のスケジュールは共済だよりNo500平成30年7月号をご覧ください。

申し込み先・問い合わせ先

〒371-8505 前橋市元総社町335-8 群馬県市町村職員共済組合 福祉課

TEL 027-290-1356 FAX 027-255-5306

森林浴セラピー教室・健康づくり教室 参加申込書 (1枚で2名の申し込み可)

参加日	月 日 () 嬭恋・前橋 会場		
組合員証記号番号	平日昼間の連絡先(携帯・職場・自宅等)		
組合員氏名	—		
代表参加者氏名等	氏名 (歳・続柄：)	参加者氏名等	氏名 (歳・続柄：)
住所	〒 —		

* この教室開催に際して取得した個人情報は、この教室参加名簿作成等にもみ使用し、終了後破棄いたします。