



健康セミナー 開催のお知らせ

- ・新企画の「健康セミナー」。今回は「睡眠」をテーマに「快眠」の極意など「睡眠の色々なはなし」を解説します。
- ・「睡眠」は、どなたでも毎日関わりのある大切なこと。良質な「睡眠」は心と体によく効きます。
- ・あなたやご家族、職場の皆様の「睡眠」…「ストレッチ」とセットでスモールチェンジ！
- ・会員事業所で働く職場の皆様なら、どなたでも受講できます。気楽に、ご参加ください！



日時・会場		奈良会場 〈定員100名〉	橿原会場 〈定員60名〉
(日 時)		2月13日(火) 13:30~16:00	2月14日(水) 13:30~16:00
(会 場)		奈良バスターミナル レクチャーホール (奈良市登大路町76 県庁本庁舎東側)	奈良県社会福祉総合センター 5F 研修室 (橿原市大久保町320-11)
(会場施設)		スターバックスほか飲食店・土産物店あり	カフェ・軽食、物販コーナーあり
内 容	テ ー マ	①「睡眠」のはなし 奈良労働基準監督署 署長 尾形 賢一 氏 	
	ストレッチ	②「脳と体のリフレッシュ／機能改善ストレッチ」 株式会社 ルネサンス インストラクター 佐藤 ひさき 先生	
	お知らせ	③ 協会けんぽ 得 情報！	
受講対象者		奈良県社会保険協会会員事業所に勤務の方 ・会員事業所以外のお申込みは、同時に当協会への加入をお願いしています。	
参 加 費		無 料 *参加者には、もれなく「睡眠の冊子」プレゼント！	
申 込 方 法		下の「参加申込書」に必要事項を記入の上、FAXにてお申込みください。 FAX 0742-20-6711 【申込受付期間】1月5日(金)~1月31日(水) : 先着順で定員になり次第締切りとします。 : 2月初旬に受講ハガキを郵送します。	
お 問 合 せ		TEL 0742-20-6710 (一般財団法人奈良県社会保険協会)	
ご協力事項		*駐車場：確保していません。 *飲 食：ご遠慮ください(ペットボトル程度は可)。 *喫 煙：敷地内禁煙(奈良)、近隣も含め敷地内禁煙(橿原)	

参 加 申 込 書

希 望 会 場	希望会場に☑してください。 ☐ 奈良 (2/13) ☐ 橿原 (2/14)		
ふりがな			
参加者氏名	①		②
事業所名			
事業所所在地	〒		
照会先(担当)	TEL ()		
※社会保険協会 使 用 欄			

* 上記情報は、当協会の事務講習会受付業務以外には使用しません。
* 記入事項はゴム印の押印可です。 * 3名様以上でのお申込みは用紙をコピーしてください。