

令和6年12月9日

各位

(公社)登米法人会女性部会
部会長 浅野 清子
(公印省略)

公益社団法人登米法人会女性部会 第2回知っ得ゼミナール

健康セミナー

～ちょこっと身体を動かして冬を快適に過ごしましょう～

だんだん寒くなり、体を動かす機会が減ってきていませんか？

今回の知っ得ゼミナールは、健康運動指導士の先生をお招きし、コリや冷えの改善などの運動教室を下記の通り開催いたします。

運動は椅子に座った状態でも行いますので、無理なく参加できます。ぜひ、皆さんお誘い合わせの上、ご参加下さいますようお願い致します。

記

日時 令和6年 12月18日(水) 午後2時～

場所 石森ふれあいセンター 中田町石森字茶畑7 TEL0220-34-2341

講師 (株)マルシンク 健康運動指導士 薄井 愛 氏

参加料 無料 どなたでもご参加いただけます。

持ち物 上履き、タオル、飲み物等

お申込み 登米法人会へ 12月13日(金)までに
FAXまたは電話でお申込み下さい。

運動のできる
服装でお越し
ください!



令和6年 月 日

(公社)登米法人会女性部会 宛
TEL0220-22-6617 FAX0220-22-1366

第2回知っ得ゼミナール 健康セミナー申込書

会社名 _____

電話番号 _____

参加者名 _____

参加者名 _____