

厚生労働省兵庫労働局委託 生涯現役社会実現環境整備事業
人生の第2ステージを豊かに！生涯現役社会をめざして！

受講
無料

姫路地域 生涯現役実現 セミナーのご案内

概ね55歳以上の求職者・在職者の方を対象

開催日時 平成27年9月11日(金)13時30分~15時40分

セミナー内容 「元気で働くための健康エクササイズ」

・簡単にできる健康づくりの方法を教えます
(ストレッチ運動、筋力トレーニング、エアロビック運動)
(女性の方はスカート、ハイヒールは不可です)

講師

公益財団法人 兵庫県健康財団
健康運動指導士 **山口 一仁**



健康運動指導専門員

募集人員

50名(先着順)

個別相談

講習会後にアドバイザーが対応しますので、
ご希望の方は事前にお申込みください(先着順)

- ・最近、足の衰えが目立つのですが？
- ・最近、お腹が出て困っているのですが？

会場

姫路商工会議所 新201研修室 <下記地図参照>
姫路市下寺町43 (TEL) 079-222-6001 (代)

参加申込

ちらし裏面の申込書を利用し、下記 一般財団法人 兵庫県雇用開発協会まで郵送
又は電話及びFAXでお申込みください。
なお、ハローワーク姫路でもお申込みいただけますのでご相談ください。

主催

一般財団法人 兵庫県雇用開発協会

共催

姫路地域雇用開発協会 ハローワーク姫路

<会場のご案内>

<申込・連絡先>

JR姫路駅より徒歩約20分

(一般財団法人) 兵庫県雇用開発協会

生涯現役実現担当 **大八木 左川 伊藤**

〒650-0025

神戸市中央区相生町1-2-1 東成ビル3階

TEL078-362-6583

FAX 078-362-6613



姫路地域・生涯現役実現セミナー 受講申込書

申込日 月 日

開催日平成27年9月11日(金曜)

申込者	氏名	ふりがな	性別	男 ・ 女
			年齢	歳
	住所	〒	電話番号	()
			携帯	()
在職状況 (○印)	在職 ・ 求職			

*このセミナーをどこでお知りになりましたか

- ハローワーク(安定所名;) 地域雇用開発協会、共催団体・会社案内
 雇用開発協会(HP・セミナー・呼びかけ) 公立機関・施設()
 広報関係(県市の広報・新聞・TVなど) 公立図書館() その他()

個別相談ご希望の方は、下記に内容をご記入ください(先着順で受け付けます)

専門相談	<input type="checkbox"/> 山口一仁(健康運動指導専門員)による個別相談
	【相談内容】

個別相談は、セミナー後の15:45~16:30に実施いたします。(1人15分程度)
時間帯は生涯現役実現担当者より、お電話させていただきます。

*ご記入頂いた個人情報は当協会が行う
本事業の目的以外には使用いたしません。

(一般財団法人) 兵庫県雇用開発協会
生涯現役実現担当 大八木 左川 伊藤
〒650-0025
兵庫県神戸市中央区相生町1-2-1 東成ビル3階
TEL078-362-6583 FAX078-362-6613