

体脂肪計タニタの社員食堂セミナー

ヘルシーランチ付

日時・会場

日時 平成28年6月18日(土)10:00~12:00 (受付9時20分~)

会場 小松市井口町ホ55番地 栗津温泉 おびし荘 (駐車場あり)

講師 (株)タニタヘルスリンク 管理栄養士

対象者 組合員及び成人のご家族
セミナー定員 60名 (応募多数の場合は抽選)

参加費 無料



セミナー内容

「体組成測定」 周波数体組成計による測定 & 結果解説

体組成計を利用すれば体重計や体脂肪計ではわからなかった「筋肉量の減少」や「基礎代謝量の減少」「内臓脂肪レベルの増加」に気づくことができます。

講座「体脂肪計タニタの社員食堂セミナー」

532万部を超えるヒットとなった「体脂肪計タニタの社員食堂」のヘルシーレシピのコツをお伝えし、日々の健康づくりにお役立ていただく内容となっています。

タニタ式健康づくりとは
ヘルシーレシピのコツ実践編

500Kcalのまんぷく定食のコツ
質疑応答



写真はイメージです

昼食

当日セミナー終了後、ヘルシーランチをご用意します。

セミナー参加者限定 保養所 おびし荘 前泊プラン

- ・ご宿泊日 セミナー前日の6月17日(金) の1泊
- ・対象者 4名以上のグループで翌日のセミナーに参加の方
- ・1泊 2食付 1名様 3,800円(税金・サービス料込み)
- ・1泊 朝食付 1名様 1,500円(税金・サービス料込み)

前泊プランは申込者多数の場合には抽選となります。
互助会等の利用助成券のみ利用可となります。

お申込方法

- ・「参加・前泊プラン申込書」に必要事項をご記入のうえ、郵送またはFAXにて共済組合までお送りください。
- ・申込みの結果については6月7日(火)までに参加者に通知します。

通知文書は申込者の自宅に郵送となり、グループにて申込みの場合は代表者にのみ通知となります。

締 切 日

平成28年6月3日(金)

送り先・連絡先等

〒920 - 8555 金沢市幸町12 - 1 石川県市町村職員共済組合

TEL 076 - 263 - 3366 FAX 076 - 263 - 3384

担当 福祉課 中嶋

ホームページにも掲載 共済いしかわ (<http://www.kyousai-ishikawa.jp/>)

体脂肪計タニタの社員食堂セミナー

< 参加・前泊プラン申込書 >

代表者 組合員証記号番号		代表者氏名	
日中連絡先電話番号		ご住所	
<input type="checkbox"/> セミナーのみ参加 前泊プラン無し	前泊プラン希望	<input type="checkbox"/> 1泊2食付	<input type="checkbox"/> 1泊朝食付
組合員証記号番号		組合員証記号番号	
氏 名 (ご家族氏名)		氏 名 (ご家族氏名)	
組合員証記号番号		組合員証記号番号	
氏 名 (ご家族氏名)		氏 名 (ご家族氏名)	

このセミナー参加に係る個人情報にはセミナー募集受付にのみ使用し、その他の目的には使用しません。

グループにて申込みの場合、参加決定または抽選結果は代表者にのみ送付します。