

令和6年度 共済組合の

# イベントの ご案内



## 利用条件

利用料が無料となります  
「プール利用券」に  
組合員氏名をご記入のうえ、  
各施設へ提出して  
ください。



## 利用期間

令和6年 ※プールの営業期間内  
**7/1(月)~8/31(土)**

営業開始時期等については、各施設に直接ご確認ください。

### 志賀町

アクアパークシ・オン(プール)  
0767-32-8555

### 津幡町

津幡町住吉公園屋内  
温水プールアザレア  
076-288-7011

### 小松市

小松屋内水泳プール  
0761-21-9809

### 七尾市

健康増進センター  
アスロン  
0767-68-6788

### 羽咋市

温水プール  
ユーフォリア千里浜  
0767-22-9000

### 内灘町

内灘町屋内温水プールDUNE  
076-286-1800

### 金沢市

健民海浜公園プール  
076-267-2266



7月中旬~  
募集

開催日  
令和6年 **9月29日(日)**  
●申込締切日:8月23日(金)

定員  
各部 **25名**

場所 エイムムーンフォート(金沢市戸水2丁目140番地)

## 心身をリフレッシュ! ヨガ体験教室

午前の部 10:30~12:00

午後の部 14:00~15:30

「日々の疲れをとりたい...」  
「自分を見つける時間がほしい...」  
そんな方はヨガでリフレッシュしましょう!  
ヨガをしたことがない人も  
ぜひご参加ください。



8月上旬~  
募集

開催日  
令和6年 **10月5日(土)**  
●申込締切日:9月6日(金)

定員  
**40名**

場所 石川県地場産業振興センター(金沢市鞍月2-1)

## 午前の部 ストレスケアセミナー(仮題)

10:00~11:30 講師:佐々木 泰子氏

電子書籍「心が変われば現実が変わる!病気に負けないメンタルの整え方」を執筆した佐々木氏を講師に迎え、日々の生活における心の持ち方についてレクチャーしていただきます。

## 午後の部 睡眠セミナー

12:45~14:15 講師:三橋 美穂氏

NHK「あさイチ」や日本テレビ「ヒルナンデス」など数々のメディアに出演されている三橋氏に睡眠の質を高める方法を教えていただきます。



●お申し込みは共済組合HPの申込フォームから行ってください。

※内容は一部変更になる場合があります。

