公益社団法人相模原法人会　健康経営委員会



# 測って、学んで、動く！



# あなたの健康再発見セミナー

その場で健康測定・体力測定を行い、フィードバックや講義・運動体験を受けることで、
生活習慣病の予防に日常的に役立つ知識や運動法を楽しく学べます。

**参加費無料！**　奮ってご参加ください。

| | |
|---|---|
| 日　程 | 令和8年10月23日（金） |
| 時　間 | 15：00～16：30（受付14：30～） |
| 場　所 | 相模原法人会館３階（中央区富士見6－13－16） |
| 参加費 | 無料 |
| 定　員 | ３０名（先着順） |
| 申　込 | １０月１６日までに相模原法人会事務局へ<br>ＦＡＸまたはＱＲコードよりお申込ください。 |

**講師**
相模原市健康福祉局保健衛生部
健康増進課/保健センター
保健師・健康運動指導士

**○主なプログラム内容**
血管年齢測定・握力測定
血圧測定（対象：高血圧、体調の不安な方）
測定値フィードバック・生活習慣病講義・運動講義
※運動講義がございますので、動きやすい服装でのご参加をお願いいたします。

**法人会とは**
税のオピニオンリーダーとして企業の発展を支援し、地域の振興に寄与し、国と社会の繁栄に貢献することを目的に集まった経営者の団体（公益法人）です。


**公益社団法人相模原法人会　事務局**
**ＦＡＸ０４２－７５３－３２７３　ＴＥＬ０４２－７５５－３０２７**


## 健康経営研修会　申込書

月　日　お申し込み

| | | | |
|---|---|---|---|
| 法人名 | | ＴＥＬ | |
| 参加者<br>氏　名 | | ＦＡＸ | |
| 住　所 | | 区分 | 会　員　・　一　般<br>○印をお付けください |

| | |
|---|---|
| 事務局返信欄 | 様　お申込を受付いたしました。 |