

例年好評のセミナーを今年も開催します！



無料

事前  
申込



10  
健活10  
Osaka wellness action

# 女性のための 健活セミナー



健活とは

健康で生き活きと仕事と生活を充実させるために、  
健康づくりを実践する活動です

各日程 先着200名様

18:30~20:30 (開場 18:00)

講演① 18:35~

講演② 19:35~

8/23 金 会場 グランフロント大阪

## ① 子宮について学ぼう

~子宮の病気を知る~

泉大津市立病院 周産期センター長  
産婦人科

西尾 順子氏

## ② 体の元気は食事から

~糖質控えめでも美味しい調理~\*

相愛大学人間発達学部発達栄養学科 准教授  
料理研究家・管理栄養士

杉山 文氏

北館タワーC 8階  
ナレッジキャピタルカンファレンス  
ルームタワーC RoomC01+02



9/18 水 会場 グランフロント大阪

## ① 今すぐ身につけたい！

健康的な運動と食事

立命館大学食マネジメント学部 准教授  
管理栄養士・健康運動指導士

保井 智香子氏

## ② 睡眠と健康

~すいみんを知る~

大阪回生病院睡眠医療センター  
脳神経内科

大倉 睦美氏

北館タワーC 8階  
ナレッジキャピタルカンファレンス  
ルームタワーC RoomC01+02



9/6 金 会場 あべのハルカス

## ① こころを元気に！

働く女性のメンタルヘルス

株式会社ヘルスウェイブ メンタルヘルスセンター京都 主任  
京都府立医科大学大学院医学研究科  
精神機能病態学 客員講師

馬ノ段 梨乃氏

## ② 気になる女性の乳がん

大阪がん循環器病予防センター  
副所長兼乳腺検診部長

和田 公子氏



10/9 水 会場 あべのハルカス

## ① 腸からキレイな女性になる！

~今日から腸活はじめませんか~

正木クリニック院長/日本臨床内科医会常任理事  
大阪府内科医会理事

正木 初美氏

## ② 体の元気は食事から

~糖質控えめでも美味しい調理~\*

相愛大学人間発達学部発達栄養学科 准教授  
料理研究家・管理栄養士

杉山 文氏



※は同内容の講演です。

申込方法

裏面の参加申込書にご記入の上、FAXでお申し込みください。

共催/ 大阪府 全国健康保険協会 大阪支部  
協会けんぽ

協賛/ 小林製薬

損保ジャパン日本興亜ひまわり生命

後援/ 一般社団法人 大阪府医師会

協力/ 大阪府社会保険労務士会

おさが健活マイルージ  
アスマイル

▼ご来場者にはポイントをプレゼント

HP アスマイル 大阪 検索

※「アスマイル」アプリの登録が必要です

(50音順)

# 令和元年度「女性のための健活セミナー」 参加申込書



# FAX 06-7711-4610

- ◆ おひとり様1枚でお申込みください。  
必要事項を記入の上、切らずにFAXにて  
お送りください。



1.被保険者記号・番号 (協会けんぽ加入者のみご記入ください。)	(記号)	(番号)
(フリガナ)		
2.参加者氏名		
3.参加証送付先	〒	
事業所宛へ送付の場合は ご記入ください	事業所名)	
4.電話番号	TEL	( )
5.E-mail		@

6.参加希望日	<b>必須</b>	必ず <input checked="" type="checkbox"/> をご記入ください。(複数申込可)
グランフロント大阪 北館タワーC 8階 ナレッジキャピタルカンファレンスルームタワーC RoomC01+02	8月23日 金	<input type="checkbox"/>
	9月18日 水	<input type="checkbox"/>
あべのハルカス 25階会議室	9月 6日 金	<input type="checkbox"/>
	10月 9日 水	<input type="checkbox"/>

- ※本セミナーにご参加いただく方は、**女性限定**とさせていただきます。
- ※受付は、先着順とさせていただきます。定員になり次第締め切らせていただきますのでご了承ください。
- ※個人情報の共同利用について…ご記入いただいた内容(個人情報含む)は、大阪府(共催者)と共同利用することとし、本セミナーに関する受付連絡及び、サービス向上の情報配信等に使用させていただきます。
- ※協会けんぽ大阪支部・大阪府(共催者)からの情報メール配信を希望しない場合に限りチェックをお願いします。→

**参加証は開催日2週間前より、順次送付いたします。**

お問い  
合わせ先



全国健康保険協会 大阪支部

協会けんぽ

協会けんぽ 大阪  検索

- 電話 06-7711-4300 (自動音声案内) おかけ間違いにご注意ください
- 受付時間 午前8時30分から午後5時15分まで (土・日・祝日・年末年始を除く)  
〒550-8510 大阪市西区靱本町1-11-7 信濃橋三井ビル6階