

参加費無料

正しい知識でかしこく健康管理

協賛企業から  
協賛品の  
プレゼントあり

仕事帰りに!

# 女性のための 健活セミナー

健活(ケンカツ)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を指します。  
昨年のご好評につき、今年は大阪市内2か所で全4回開催いたします。



各回18:30~20:30(開場18:00) 講演①18:35~ 講演②19:35~

会場 **グランフロント大阪** 各回先着200名様

8/22(水)

## ①「驚くべき唾液の力」

大阪府歯科医師会 理事/  
医療法人美和会 平成歯科クリニック院長  
小谷 泰子氏

もしかして  
ドライマウスかも...



## ②「知りたい女性の健康とホルモンバランス」

医療法人フラウエン こうむら女性クリニック院長  
医学博士/大阪産婦人科医会 理事  
甲村 弘子氏

更年期の悩み・PMS対策

9/12(水)

## ①「気になる女性のがんと乳がん検診」※1

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

実践!乳がんセルフチェック

## ②「食事から作る健康」※2

相愛大学人間発達学部発達栄養学科  
専任講師/料理研究家・管理栄養士  
杉山 文氏

ヘルシー・時短レシピのコツも伝授



会場 **あべのハルカス** 各回先着200名様

8/29(水)

## ①「働く女性のメンタルヘルス」

神戸学院大学心理学部心理学科  
教授/臨床心理士  
土井 晶子氏

ストレスとの上手な付き合い方



## ②「食事から作る健康」※2

相愛大学人間発達学部発達栄養学科  
専任講師/料理研究家・管理栄養士  
杉山 文氏

ヘルシー・時短レシピのコツも伝授



9/19(水)

## ①「気になる女性のがんと乳がん検診」※1

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

実践!乳がんセルフチェック

## ②「スポーツ栄養学に基づく食事と運動習慣」

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

その場で  
ストレッチ体験



※1、※2はそれぞれ同内容の講演です。

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/ Aj AINOMOTO

KAGOME

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

一般社団法人 大阪府歯科医師会

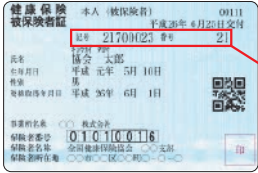
協力/大阪府社会保険労務士会

(50音順)

平成30年度「女性のための健活セミナー」  
参加申込書

**FAX 06-7711-4610**

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



記号・番号は保険証にてご確認ください。  
ご不明な場合は空欄でもお申込みいただけます。

<b>被保険者記号・番号</b> (協会けんぽ加入者のみご記入ください。)	(記号)	(番号)
<b>参加者氏名 (フリガナ)</b>	( )	
<b>参加証送付先</b>	〒	
事業所宛へ送付を希望する場合は ご記入ください	事業所名)	
<b>電話番号</b>	TEL	( )
<b>メールアドレス</b>	@	

↓参加を希望する日程に☑を記入してください。(複数申込可)

<input checked="" type="checkbox"/>	8月22日 (水)	グランフロント大阪	タワー C8Fカンファレンスルーム (Room C01+C02)
<input checked="" type="checkbox"/>	8月29日 (水)	あべのハルカス	25階会議室
<input checked="" type="checkbox"/>	9月12日 (水)	グランフロント大阪	タワー C8Fカンファレンスルーム (Room C01+C02)
<input checked="" type="checkbox"/>	9月19日 (水)	あべのハルカス	25階会議室

- ※協会けんぽからの情報メールの配信を希望しない場合に限りチェックをお願いします。→☐
- ※本セミナーにご参加いただける方は、**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。
- ※ご記入いただいた内容(個人情報含む)は、本セミナーに関する参加申し込み受付、連絡、またそれに伴うサービス向上等の際にのみ使用させていただきます。
- ※「気になる女性のがんと乳がん検診」と「食事から作る健康」は同じ講演を2回開催します。

**参加証は開催日2週間前頃より、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