



2025健康管理セミナー

美しく動くためのメソッド

※women only

食事の管理術など健康に役立つ座学と、
ヨガやピラティスを取り入れた無理せず続けられる
運動を組み合わせた楽しいセミナーです。
体と一緒に心もほぐしましょう！

11月15日(土)

①10:00～12:30

②13:30～16:00

ドーンセンター 多目的ルーム

大阪市中央区大手前1-3-49

時間は①②から選んでください。1日受講も受け付け可。
午後は有酸素運動(エアロビクス)も少し取り入れます。

- ・働く女性対象！(※)
- ・参加費無料
- ・個人での申込OK！(勤務先名は記載のこと)



裏面申し込み用紙にご記入のうえ、FAXまたはメールにてお申し込みください。

FAX 06-6942-5020

担当:西田・伊藤

E-mail:elder-support@osaka-koyou.or.jp

一般社団法人大阪府雇用開発協会

大阪市中央区谷町3-1-9 MG大手前ビル2F

06-6942-5010

<https://www.osaka-koyou.or.jp/>

受講申込書

女性だけの健康管理セミナー

2025年11月15日(土)

① 10:00~12:30 ② 13:30~16:00

ドーンセンター 多目的ルーム (更衣室は4階 和室2)

e-mail:elder-support@osaka-koyou.or.jp

FAX(06)6942-5020 (送信票不要)

一般社団法人大阪府雇用開発協会あて

事業所名 又は 団体名		
所在地 及び 事務担当者	〒	
	担当者(役職・所属部署名) _____	
	氏名 _____	
	TEL ()	FAX ()
受講者	役職・所属部署名	氏名
		受講希望時間 <input type="checkbox"/> ① <input type="checkbox"/> ②
		受講希望時間 <input type="checkbox"/> ① <input type="checkbox"/> ②

※定員(15名)に達し次第締め切ります。

受講希望の時間にチェック。両方希望の方は両方にチェック。

※申込受付後、1週間以内に受講票をFAXいたしますので、当日お持ちください。

※ご提出いただいた個人情報は、当該セミナーの開催にかかわること以外に使用することはありません。

一般社団法人 大阪府雇用開発協会

〒540-0012

大阪市中央区谷町3-1-9 MG大手前ビル 2階

TEL(06)6942-5010 担当: 西田・伊藤

(2025HP)