

(一財)北九州市教職員互助会

令和8年度 健康セミナー / ライフプランセミナー 参加申込書

「令和8年度 健康セミナー/ライフプランセミナーのご案内」で内容をご確認のうえお申込みください。

所属名	職員番号	氏名

ご希望の講座の申込欄（太枠）に○印をご記入ください。（複数講座の申込み可）

コース名	セミナー名	開催日	申込
健康	① ころを整えるセルフケア&リラックス実践講座	7/28 (火)	
	② ストレス耐性を高めるための生活習慣 ～心と体を整えるヨガを体験しよう～	7/29 (水)	
	③ 筋力アップ講座 ～エクササイズボールを使って楽しく体を鍛えよう！～	8/5 (水)	
	④ 腸から整える！夏のコンディションアップ講座	8/7 (金)	
	⑤ お口の健康講座 ～「歯と全身の関係」と「正しいケア」を学ぼう～	8/20 (木)	
ライフプラン	① 「大人の義務教育Ⅲ（基礎編）」	8/3 (月)	
	② 「大人の義務教育Ⅲ（応用編）」	8/4 (火)	

《申込書送付先》

郵送で送付願います。(FAX 受付できません)

締切：6月8日(月) 必着

送付先：(一財)北九州市教職員互助会

〒802-0075 小倉北区昭和町 16-1 (中島小学校内)

※この用紙に記入された個人情報、法令・条例および互助会個人情報保護規程にもとづき適正に運用・管理し、使用目的終了後は互助会が責任をもって廃棄します。