

4 室内運動習慣づくり実技講習会(白河支部)について

白河支部 「健康づくりのためのストレッチ運動」を習慣化しましょう!

日 時	令和6年10月18日(金) 午後6時30分～(1時間程度)	申込締切	令和6年10月4日(金)
場 所	白河市産業プラザ 人材育成センター 白河市中田140 ☎ 0248-22-3512	定 員	40名
参 加 費	500円(飲み物代等含む) ※当日承ります。	そ の 他	①椅子を使った健康ストレッチ体操です。 ②運動できる服装(ズボン等)でご参加ください。 ③当事業は、7月12日(金)に開催予定でしたが、事情により延期となっております。ぜひご参加ください。
参加資格	社会保険協会並びに白河社会保険委員会会員 事業所の社会保険被保険者及びご家族の方		