

カラダの変化が気になるあなたへ！

# + カラダ知っつく！健康教室

参加無料  
事前申込制

12.7 土 9:30-13:30

昼食付

大同特殊鋼健保会館で開催！

## 健康チェック

骨密度

筋肉量

カラダの衰え  
感じてないですか？

俊敏性

バランス

## 栄養セミナー

みんなで「味覚チェック」を体験！

”その食欲は〇〇不足かも！？”

健康的な食事のヒントが盛りだくさん！



## 運動セミナー

”あなたの姿勢タイプは〇〇！？”

チェック&変化を実感！

快適カラダづくり



大同特殊鋼健康保険組合 × avivo

詳細は裏面に

カラダの変化が気になるあなたへ！

# カラダ知ってク！セミナー

【開催日】2024年12月7日（土）9:30～13:30頃予定

【会場】大同特殊鋼健保会館 2F

【住所】名古屋市熱田区神宮二丁目3番30号

【対象者】50歳～74歳（年度末年齢）の被保険者・被扶養者

【参加費】無料 ※交通費、駐車場代はご自身にてご負担ください。

【締切】2024年11月22日（金）17:00

※応募多数の場合は抽選となる場合があります。

グループで参加いただく場合は、申込時に必ず入力ください。

※結果は11/28(木)にご連絡します。

LINE・ご連絡先メールアドレスからご確認ください。

## 【その他】

- ・当日は、動きやすい服装でお越しください。
- ・健康チェックでは素足での測定があります。
- ・健保会館前駐車場は利用できません。
- ・お近くの有料駐車場をご利用ください。
- ・会館ではスリッパに履き替えていただきます。
- ・会場は2階です。エレベーターはございません。
- ・昼食のアレルギー対応はできませんので予めご了承ください。

## 【申込方法】

QRコードを読み取り、LINEでお申込み→



LINEをご利用でない方は、  
Web申込フォームからお申し込みください→



※参加者毎にお申し込みが必要です。（複数申し込み不可）

【主催】大同特殊鋼健康保険組合

お友達登録は  
こちらから！

Tel：052-671-1188 FAX：052-681-8718

Mail：KNP-kenpo@sog.daido.co.jp

〒456-0031 名古屋市熱田区神宮二丁目3番30号



すまいるケンポ公式LINE