

第2回 体験型けんこうセミナー参加者募集！  
おいしく楽しく食事が学べる新感覚セミナー

ランチbuffet  
体験

# 適正カロリーを食べちゃろう！

- 開催日 令和4年6月26日(日曜日)
- 時間 一部 11:00~12:00 食事バランスとカロリー計算  
二部 12:00~13:30 ランチbuffetで学ぶ  
ご褒美の一品までの献立作り
- 会場 保養所防長苑 山口市熊野町4-29
- 講師 管理栄養士 河村典子氏(山陽小野田市民病院)

参加者全員に  
温泉チケットプレゼント！

第2回の体験型けんこうセミナー  
「適正カロリーを食べちゃろう！」では、  
自身にとって適した食事バランスとカロリーを学びます。  
必要なエネルギー量を知ったうえで  
実際に防長苑のbuffetメニューから  
好きな料理を選んでランチを楽しんでいただきます。  
デザートまでがセミナーです。ぜひご参加ください。

- 定員 35名
- 参加費 組合員および被扶養者 500円  
その他家族 1,000円
- 申込資格 組合員および家族
- 申込締切 令和4年5月31日(火曜日)

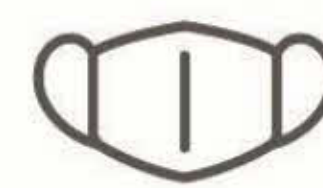
イベント申込  
ページはこちら



感染症対策にご協力ください



消毒液設置



マスク着用



間隔確保



換気



検温



体調報告

※メールで申込をされた場合、後日受付完了メールを送信します。  
※申込時にいただいた個人情報は、このセミナーに関する以外に利用いたしません。  
※参加者は、共済組合の負担で旅行傷害保険に加入します。  
※参加決定通知は、開催日の一週間前までに発送しますが、届かない場合はお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染予防に十分配慮し開催します。  
状況により開催を中止する場合がございます。

お問い合わせ 保険課 健康推進担当 電話 083-925-6142 セミナー用メールアドレス boshu@kyosai-yamaguchi.jp