



ビールの
試飲あり！



全国土木建築国民健康保険組合 &



総合病院 厚生中央病院



 おいしい健康からの提案

レンジで簡単クッキング！



*写真はイメージです。当日のメニューは変更になる可能性があります。

開催日 2018年6月2日(土)
申込締切 2018年5月30日

時間 10:00~13:00
(受付開始 9:30~)

開催場所  **ヘルシースタジオ**
総合病院 厚生中央病院(別館4階)

参加費用 500円(先着順)


持ち物 エプロン、三角巾、ハンドタオル

会場案内



JR 恵比寿駅下車(東口) 徒歩5分
東京メトロ日比谷線恵比寿駅 徒歩7分
JR 目黒駅下車(西口) 徒歩10分

プログラムのお申込み・お問合せは
全国土木建築国民健康保険組合 保健事業部 管理課

 **03-6674-1671**

右記のQRコードからも
お申込みいただけます。



FAX 03-3264-4390

応募締切 平成30年5月30日(水)



全国土木建築国民健康保険組合

&



総合病院 厚生中央病院

おいしい健康レンジで簡単クッキング!

氏名		全国土木建築国保組合にご加入ですか はい ・ いいえ
フリガナ		↳ 保険証の記号番号のご記載をお願いします (71 - -)
住所		
住所	〒 -	
電話番号	*日中ご連絡の取れる電話番号をご記入ください。	
食物アレルギーはありますか なし ・ あり	[※アレルギー食材を記入してください。]	
今後のプログラムご案内を 希望される方はメールアドレス をご記入ください。		

- ★FAXでお申込みの方には参加可否を電話にてご連絡いたします。
- ★個人情報はプログラムへの参加・ご案内に関する以外には使用いたしません。

今後のプログラムのお知らせ

7月21日(土曜日)

カルシウムを和食に! New(乳)和食

和食に乳製品を使うことで、
カルシウムを摂る量がUP!
おいしい乳和食を実際に体験
してみませんか?

- 🕒 開催時間 10:00~13:00
- 👤 募集人員 14名
- 💰 参加費用 500円

8月9日(木)、10日(金)

夏休み限定プログラム 親子クッキング

3歳以上のお子様1名と20歳
以上の保護者様1名のペアでの
お申込みとなります。
(両日とも同じ内容です)

- 🕒 開催時間 10:30~13:00
- 👤 募集人員 10組(20名)
- 💰 参加費用 500円

9月1日(土曜日)

超簡単スムージーと リラックスヨガ

ヨガで心と身体をほぐした後は
ハンドミキサーでスムージーを
作ります!

*開催場所は厚生中央病院本館3階講義室です。

- 🕒 開催時間 10:00~12:00
- 👤 募集人員 20名
- 💰 参加費用 500円

お問合せ
お申込み先

全国土木建築国民健康保険組合
保健事業部 管理課



03-6674-1671

受付時間 平日 8:45~17:15