

# 介護講座のご案内!

今年度より  
体験型講座となります

近年急速に高齢化が進み、介護が身近なものとなっています。  
仕事と介護が両立できるよう介護に関する知識等を深める機会として、下記のとおり開催します。ぜひご参加ください。

- 募集対象者** 組合員およびその被扶養者
- 参加費用** 無料 ※会場までの交通費は自己負担となります。
- 申込方法** 共済事務担当課へお申し込みください。  
申し込み多数の場合は、当組合で申込希望日を変更調整します。
- 申込期限** 平成30年7月18日(水) 共済組合必着
- 委託機関** 公益財団法人 総合健康推進財団 保健福祉研修センター関東支部
- 日程等**



日 程	募集人員	会 場	時 間
9月18日(火)	30名	茨城県市町村会館 水戸市笠原町978-26	13:00から 16:00まで
9月20日(木)	30名		※受付開始12:30から

# 糖尿病予防講座のご案内!

今年度より  
実施する新講座です

健康づくりの一環として、糖尿病予防講座を開催します。  
この講座は、生活習慣を見直す契機となるよう糖尿病の起こるしくみや運動により血糖値を下げる簡単な筋肉トレーニングなどをご紹介しますので、ぜひご参加ください。

- 募集対象者** 組合員およびその被扶養者
- 参加費用** 無料 ※会場までの交通費は自己負担となります。
- 申込方法** 共済事務担当課へお申し込みください。  
申し込み多数の場合は、当組合で申込希望日を変更調整します。
- 申込期限** 平成30年7月25日(水) 共済組合必着
- 委託機関** 公益財団法人 総合健康推進財団 保健福祉研修センター関東支部
- 日程等**



日 程	募集人員	会 場	時 間
9月25日(火)	30名	茨城県市町村会館 水戸市笠原町978-26	13:00から 16:00まで
9月27日(木)	30名		※受付開始12:30から