

## 令和7年度疾病予防対策事業の実施（予定）について

詳細・募集案内は後日、所属所共済組合事務担当者を通じてお知らせします。  
皆様のご参加お待ちしております。

### ●保健講座

講師 庄司 綾子 氏・加藤 有紀 氏（㈱b-i）  
演題 「ペルヴィス（骨盤）ワークで睡眠の質を高めよう！

～骨盤の弾力が睡眠の鍵をにぎる～

内容 毎日の姿勢や日常動作を見直すヒントを講義した後、マットを使用した、どなたでも無理なくできる骨盤から全身を整える調整法や、ウォーキングを行います。

日時 9月16日（火）午後1時30分～午後4時

会場 大仙市「グランドパレス川端」

日時 9月17日（水）午後1時30分～午後4時

会場 秋田市「ANAクラウンプラザホテル秋田」

日時 9月18日（木）午後1時30分～午後4時

会場 大館市「プラザ杉の子」

対象者 組合員・被扶養者 各会場50名程度



庄司 綾子氏



加藤 有紀氏

---

### ●メンタルヘルス研修会

講師 皆川 芳弘 氏（㈱カイトック）

演題 「未定」

内容 ㈱カイトックから講師に皆川 芳弘氏を招き、メンタルヘルスの現状と対策の最新情報などについて研修を行います。

日時 9月29日（月）午後1時30分～午後4時

会場 秋田市「ANAクラウンプラザホテル秋田」

対象者 管理職・人事担当者・労働安全衛生委員・組合員 80名程度

## ●ライフプランセミナー

講 師 地域社会ライフプラン協会より派遣  
演 題 「未定」  
日 時 10月7日（火）午後1時30分～午後4時  
会 場 秋田市「ANAクラウンプラザホテル秋田」  
日 時 10月8日（水）午後1時30分～午後4時  
会 場 大仙市「グランドパレス川端」  
日 時 10月14日（火）午後1時30分～午後4時  
会 場 大館市「プラザ杉の子」  
対象者 50歳代の組合員とその被扶養者 各会場50名程度

---

## ●健康料理教室

講 師 浜内 千波 氏（料理研究家／食コンサルタント）  
演 題 「未定」  
日 時 11月7日（金）午前11時～午後2時  
内 容 健康になる料理の仕方の講演と料理を実際に味わう健康料理教室を開催します。  
（調理は行いません。）  
会 場 秋田市「ANAクラウンプラザホテル秋田」  
対象者 組合員・被扶養者50名程度

---

## ●健康セミナー

講 師 片岡 鶴太郎 氏（タレント／俳優／画家）  
演 題 「未定」  
日 時 11月28日（金）午後2時～午後3時30分  
会 場 秋田市「ANAクラウンプラザホテル秋田」  
対象者 組合員・被扶養者200名程度