

事 業 主 殿

全 国 設 計 事 務 所 健 康 保 険 組 合

理 事 長 内 田 勝 巳

〔公印省略〕

保 健 事 業 の 実 施 に つ い て

時下、益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

当健康保険組合の運営につきましては、日頃よりご協力をいただき厚く御礼申し上げます。

さて、下記の保健事業の実施について別紙のとおりお知らせいたします。

つきましては、被保険者各位にご周知いただきますようご高配をお願い申し上げます。

また、組合ホームページにつきましても併せてご活用いただきますよう重ねてお願い申し上げます。

記

- | | |
|-------------------------|-----------|
| 1. 第 37 回 クッキングスクール | 〔健康推進事業係〕 |
| 2. 第 53 回 軟式野球大会 | 〃 |
| 3. 潮干狩り大会 | 〃 |
| 4. 健康セミナー・ボウリング大会(大阪地区) | 〃 |
| 5. 陶芸教室 | 〃 |
| 6. 熱海マンスリーイベント | 〃 |
| 7. 提携スポーツクラブ料金改定等 | 〃 |
| 8. 傷害保険について | 〃 |

-
9. リフレッシュフロアー (けんぽプラザ)

各種スポーツ教室 〔運動指導室〕

◎ お問い合わせ等につきましては、組合〔健康推進事業係・運動指導室〕あてにお願いいたします。

〔組合HP〕<http://www.sekkei-kenpo.org/> 〔組合TEL・FAX〕03-3404-9545・03-3404-9680

第 37 回 クッキングスクールの実施について

1. 実施日時

平成 31 年 5 月 10 日 (金)

受付：午後 6 時 00 分から

教室：午後 6 時 30 分 ～ 午後 8 時 30 分 (予定)

2. 会 場

けんぽプラザ 2F レストラン『パル』

東京都渋谷区千駄ヶ谷 2-37-9

3. 内 容

『 アシ・パルマンティエ 』

- ① 料理に関する一口メモ
- ② 良い材料の選び方
- ③ 調理実習
- ④ 試食会
- ⑤ 質疑応答

◆アシ・パルマンティエ

マッシュしたジャガイモと挽肉を重ね
合わせオーブンで焼いた料理で、ジャガイ
モの優しい甘さが挽肉の旨みを包み込む
フランスの家庭料理です。

4. 参加資格

当組合の被保険者及び被扶養者 (18 歳以上で実施日まで資格を有する方) とします。

※実施当日に、時間帯が重なる他の組合事業 (教室等) に参加を予定されている方は、
ご遠慮ください。

5. 定 員

20 名

6. 参加料・材料費

1, 000 円

※ 参加料は、当日教室の受付でお支払いください。

7. 申込方法

- ① 参加を希望される方は、4 月 8 日 (月) 午前 10 時より 4 月 26 日 (金) までに電話で
当組合健康推進事業係 (☎03-3404-9545) へお申し込みください。
- ② 参加につきましてはお申込み先着順にて決定いたします。
- ③ 後日、参加が決定された方につきましては実施要領をお送りいたします。

8. そ の 他

- ① やむを得ずキャンセルされる場合は、5 月 8 日 (水) の午後 3 時までに当組合健康推
進事業係までご連絡ください。※4/27～5/6 まで当組合はお休みとさせていただきます。
また、連絡なしにキャンセルされた場合は、後日参加料をご請求させていただきます
ので、あらかじめご了承ください。
- ② 軽度のケガ【擦過傷、捻挫、打ち身など】をされた場合は現場スタッフが絆創膏やシッ
プ剤での処置をいたしますが、その後およびそれ以外の事故等につきましては責任を負い
かねますので、あらかじめご了承ください。
また、風邪薬、頭痛薬などの飲み薬は用意しておりませんので併せてご了承ください。

第 53 回 軟式野球大会の実施について

1. 開 催 日

5 月 9 日 (木) , 1 4 日 (火) , 1 6 日 (木) , 2 1 日 (火) , 2 3 日 (木)

以上 5 日間を予定。

※日程は会場の都合上変更することがあります。

2. 会 場

『江東区夢の島野球場』 東京都江東区夢の島 1 - 1 - 1

※2020 年東京オリンピックにより明治神宮外苑軟式野球グラウンドが使用できないため今年度より会場を変更いたします。

※雨天等で順延した場合は会場を変更することがあります。

3. 試 合 形 式

① 2 部制。各部とも事業所対抗トーナメント方式とし、**3 位決定戦まで**行います。

② 試合は公認野球規則によるほか大会要領により行います。

1 部リーグ…第 52 回大会において 1 部リーグ(降格チーム除く)及び 2 部リーグの上位 4 チーム(昇格チーム)

2 部リーグ…1 部リーグ以外のチーム(前回大会不参加及び初参加のチームはこちら)

4. 入 れ 替 え

① 本大会 2 部リーグの上位チームは 1 部リーグに昇格します。

② 本大会 1 部リーグ初戦敗退チームのうち棄権並びに得失点差の大きいチームは、2 部リーグに降格します。ただし得失点差が同じで決まらない場合は、前年までの実績に基づいて当組合において決定いたします。

③ 参加チームの減少による両リーグの統合につきましても、今後の検討課題とさせていただきます。

H31 年度 昇格チーム [2 部 → 1 部]		H31 年度 降格チーム [1 部 → 2 部]	
(株)長大 (株)長大テック 連合	(株)久米設計	大日本コンサルタント(株) NE テクノ(株) 連合	(株)総合設備コンサルタント
(株)片平新日本技研	(株)創造社	(株)高島テクノロジーセンター	(株)織本構造設計

5. チームの編成

① 1 事業所 1 チームを原則としますが、2 事業所以上の連合チーム(※ただしチーム名の終わりに必ず「連合」の文字を入れてください)または同一事業所から B チーム(※必ずチーム名の終わりに「A」及び「B」と入れてください)の出場も認めます。

【※ 連合チームは当健康保険組合加入の事業所に限ります】

【※ A・B チーム間の選手の入替えは認めません】

【※ 社名をチーム名とする場合は (株) 等は付けないでください】

② 1 チームは監督・主将・マネージャーを含めて **1 5 名以内**とします。

6. 選手の資格

当組合の被保険者であって平成 31 年 4 月 1 日以前にその資格を取得し、試合当日も引き続きその資格を有する方とします。

7. 表 彰

各部とも優勝から第 3 位のチームまで表彰する他、最優秀選手・敢闘選手に賞を贈ります。

8. 参 加 料

1 チームにつき 2,000 円

※参加料のお支払いにつきましては、各チーム**初戦の受付時**にお願いいたします。

9. 参 加 申 込

別紙申込書に必要事項を記入して **3 月 29 日 (金)** までに、郵送か F A X のいずれかで当組合健康推進事業係へお申し込みください。

お手数ですが F A X でお申し込みの際は、**送信後に必ず確認のお電話をください。**

FAX 03-3404-9680

TEL 03-3404-9545

※確認のお電話は平日の 9 時～12 時 30 分、13 時～17 時の間でお願いします。

10. 主 将 会 議

今年度は実施いたしません。

11. 組 合 せ 抽 選

① 組合せ抽選は、当組合にて決定します。

② 組合せ決定後、プログラム・誓約書等を送付します。

12. そ の 他

① 本大会 1 部リーグ優勝チームは、本年度の (一社) 東京都総合組合保健施設振興協会 (東振協) 選抜野球大会における当組合代表チームとします。

② 軽度のケガ【擦過傷、捻挫、打ち身など】をされた場合は現地スタッフが絆創膏やシップ剤での処置をいたしますが、その後およびそれ以外の事故等につきましては責任を負いかねますので、予めご了承ください。

また、風邪薬、頭痛薬などの飲み薬の用意はしておりませんので併せてご了承ください。

なお、**大会参加にあたり「誓約書」をご提出いただいております。**皆様のご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

③ ご不明な点は、当組合〔健康推進事業係〕までお問合せいただくか、組合 HP をご覧ください。

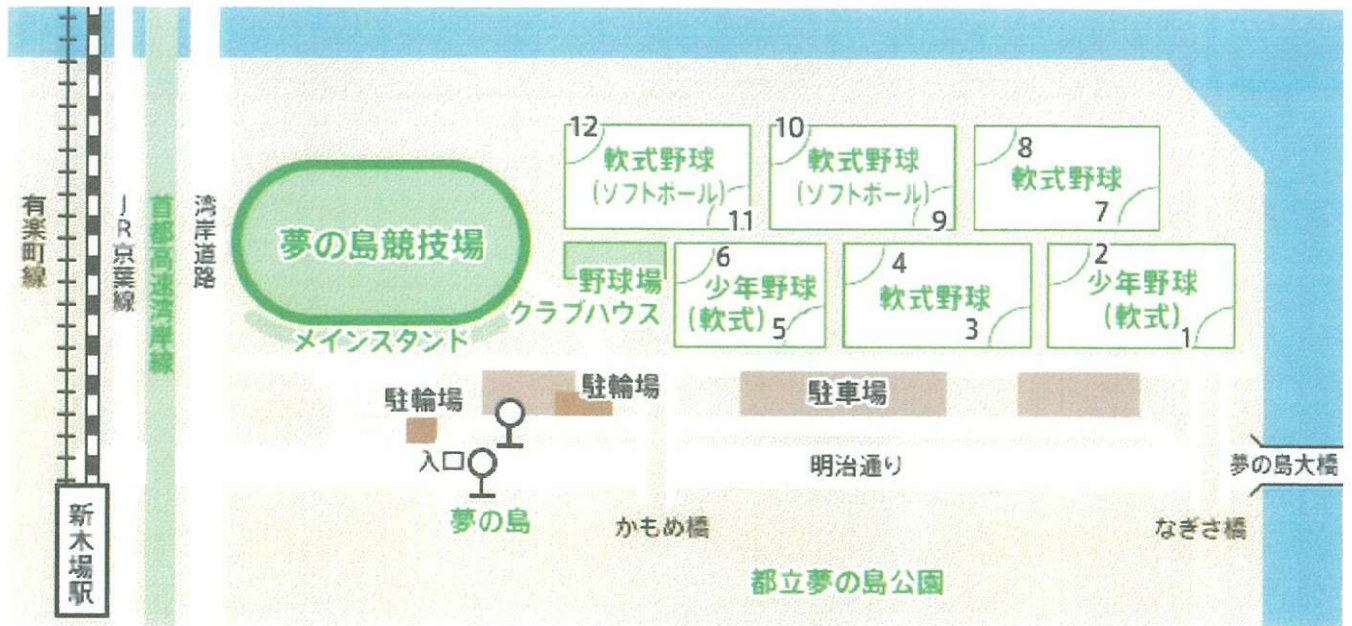
組合 TEL 03-3404-9545

組合 HP <http://www.sekkei-kenpo.org/>

江東区夢の島野球場

〒136-0081 東京都江東区夢の島 1-1-1

- ・ J R京葉線、東京メトロ有楽町線、りんかい線
「新木場駅」下車 徒歩約 10 分



※更衣室、トイレ、温水シャワー、駐車場（有料）



①事業所記号	
--------	--

No.

第53回 軟式野球大会申込書

申込み期限は3月29日(金)です。

お手数ですが、

★ FAXでお申し込みの際は、送信後に必ず確認のお電話をください ★

FAX 03-3404-9680 TEL 03-3404-9545

※ 確認のお電話は平日の9時～12時30分、13時～17時の間でお願いします。

1チームにつき2,000円の参加料を初戦受付時にいただきます。

1部・2部		チーム名		※社名がチーム名の場合は 欄等はつけないでください。1部・2部以上の場合は必ず「部会」の文字をいれてください。	
事業所名	①	電話番号		()	
	※連合チームの場合は参加事業所を全て記入してください		事業所記号		
	②	FAX番号		()	
	③	緊急連絡先	氏名		
	④		電話番号		()
⑤					

No.	証番号	被保険者名	性別	年齢	備考
1	-		男・女	才	
2	-		男・女	才	
3	-		男・女	才	
4	-		男・女	才	
5	-		男・女	才	
6	-		男・女	才	
7	-		男・女	才	
8	-		男・女	才	
9	-		男・女	才	
10	-		男・女	才	
11	-		男・女	才	
12	-		男・女	才	
13	-		男・女	才	
14	-		男・女	才	
15	-		男・女	才	

※監督・主幹・マネージャーを備考欄に記入してください。

※チーム札は抽選にて使用しますので「1部・2部」の該当する方の○をして、わかりやすく大きな文字でチーム名を縦書きで記入ください。

チーム札
《1部・2部》

事業所記号

チーム名

◎ 別添の「第53回 軟式野球大会の実施について」をよく読みご理解のうえお申込みください。

全国設計事務所健康保険組合

潮干狩り大会の実施について

1. 実施日時

平成 31 年 6 月 2 日 (日)

小雨決行。但し、豪雨等でコンディション不良の場合は中止いたします。

受付時間：8 時 00 分 ～ 11 時 00 分

当日の 潮干狩り可能時間は 8 時 30 分～11 時 30 分 です。

干潮時間：午前 10 時前後の予定

2. 集合・解散場所

ふなばし三番瀬海浜公園 〒273-0016 千葉県船橋市潮見町 40 番

当日は「1. 実施日時」の受付時間内で自由集合、自由解散となります。

■バス利用の場合

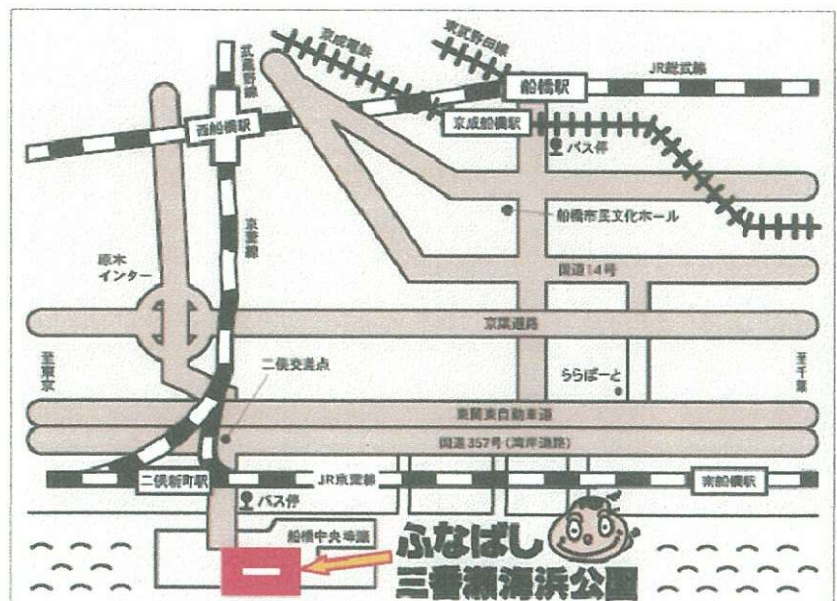
- ・ J R 船橋駅南口
- ・ 京葉線二俣新町駅
より京成バス
「船橋海浜公園」行
約 25 分終点下車

■車利用の場合

- 最寄り I C
- ・ 京葉道路 (原木 I C)
- ・ 首都高速 (千鳥町 I C)

■徒歩の場合

- 二俣新町駅より約 30 分



※駐車場ご利用の場合は、普通車 500 円が必要です。また、当日は既存の駐車場以外にも臨時駐車場も併設されます。詳しくは、下記まで直接お問い合わせください。

◆駐車場に関するお問い合わせ◆

ふなばし三番瀬海浜公園

TEL047-435-0828 (受付時間 AM. 9:00～PM. 5:00)

◆ふなばし三番瀬海浜公園ホームページ◆

<http://www.park-funabashi.or.jp> でご確認ください。

3. 参加資格

被保険者及びその家族 とします。(中学生以下のみのグループは不可)

※被扶養者でない家族の方は、被保険者又は被扶養者との同伴を必要とします。

4. 定員

先着順に 600 名 (定員になり次第、締切といたします)

5. 参加料

参加者 (4才以上) 1人につき 200 円 (入浜券・1^{キロ}網・熊手付)

※1^{キロ}の貝を持ち帰る事ができます。なお、超過分の料金は自費となります。

※3才以下は入浜無料となるため入浜券は不要です。採取した貝は、同伴者と一緒にして計量されます。

6. 参加申込期間と申込方法

参加希望者は別紙申込書に必要事項を記入のうえ当組合健康推進事業係へ

5月7日(火)まで にお申し込みください。(FAX 可 03-3404-9680)

7. 参加決定の通知

参加が決定した世帯には参加票・誓約書・大会実施要領等を5月20日(月)頃までに当組合から送付します。また定員超過等の理由で不参加の世帯には「参加不可通知」を送付します。

8. 注意事項

- ① 軽度のケガ(擦過傷・捻挫・打ち身)などをされた場合は絆創膏やシップ剤での処置はいたしますが、その後およびそれ以外の事故等につきましては責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。

また風邪薬、頭痛薬などの飲み薬は用意しておりませんので、必要とされる方は各自で用意ください。

なお、大会参加にあたり「**誓約書**」をご提出いただいております。

皆様のご理解とご協力の程よろしくお願いいたします。

- ② 健康保険証カードは必ずご持参ください。
③ 施設内には、トイレ・足洗い場等の設備があります。
④ ゴミは、各自でお持ち帰りください。

9. その他

- ・平成31年度より、「潮干狩り大会」と名称を変更させて頂いた事により、**万歩カードの対象事業から外れることになり、万歩カードの加算も対象外**とさせていただきます。
- ・ご不明な点がございましたら当組合健康推進事業係(☎03-3404-9545)までお問い合わせいただくか、組合ホームページ(<http://www.sekkei-kenpo.org/>)をご覧ください。

参加者1人200円

※3才以下無料

事業所記号

※別添大会の実施についての「5. 参加料」をご覧ください。

潮干狩り大会 申込書

申し込み期限は5月7日（火）です

お手数ですが、★ FAXでお申し込みの際は、送信後に必ず確認のお電話をください ★

FAX 03-3404-9680

TEL 03-3404-9545

※ 確認のお電話は平日の9時～12時30分、13時～17時の間をお願いします。

申込締切後および実施日当日の参加者の追加はお受けいたしませんのでご注意ください

下記のとおり申し込みます。

平成 年 月 日

No. 1 参加申込責任者となる被保険者

※全ての書類は 責任者あてに 送付いたします。	記号		氏 名		連 絡 先	日中連絡可能な電話 ()
	番号					
	住 所 (書類の送付先)		会 社 干 自 宅			
	事業所名					

参 加 希 望 者

No.	記号－番号	氏 名	性別	被保険者・被扶養者の別	年齢	区分
2	—		男・女	本・家・員外	歳	大人・小人・幼児
3	—		男・女	本・家・員外	歳	大人・小人・幼児
4	—		男・女	本・家・員外	歳	大人・小人・幼児
5	—		男・女	本・家・員外	歳	大人・小人・幼児
6	—		男・女	本・家・員外	歳	大人・小人・幼児
7	—		男・女	本・家・員外	歳	大人・小人・幼児
8	—		男・女	本・家・員外	歳	大人・小人・幼児
9	—		男・女	本・家・員外	歳	大人・小人・幼児
10	—		男・女	本・家・員外	歳	大人・小人・幼児

◎ 別添の「潮干狩り大会の実施について」をよく読みご理解のうえお申し込みください。

◎ 申込書記入にあたっては裏面「注意事項」をご参照ください。

健康セミナー・ボウリング大会について

《大阪地区対象事業》

1. 実施日時

『健康セミナー』

平成31年6月21日（金）

受付時間：14時30分～14時55分

『ボウリング大会』

平成31年6月22日（土）

受付時間：9時30分～9時55分

2. 集合・解散場所

『健康セミナー』

大阪第一ホテル

◆大阪第一ホテル（大阪マルビル）ホームページ◆

<https://www.osakadaichi.co.jp/> でご確認ください。

『ボウリング大会』

心斎橋サンボウル

◆心斎橋サンボウル ホームページ◆

<http://www.sunbowl.jp/> でご確認ください。

3. 実施内容

『健康セミナー』※無料

- ① 健康保険組合の取組みについて (15:00～15:25) 25分
適用・給付・健康管理センターにおける取り組みをご説明します。
- ② 健康講座 (15:30～17:00) 1時間30分
スポーツクラブNAS（当組合契約）による健康講座を行います。
健康に関するテーマについて、座学だけではなく、エクササイズ等を実際に体験していただきます。（※講義内容は選定中）
- ③ 交流会 (18:00～20:00) 2時間
同ホテル内にて親睦を兼ねた立食パーティーを予定しております。

『ボウリング大会』※1人200円／1人2ゲーム行います

- ① 開会式 (10:00～10:10) 10分
受付後、会場にて開会式を行います。
- ② 試合開始 (10:10～12:10) 2時間
【団体戦】（個人戦を兼ねる）
1チーム4名（女子1名以上で構成（女子4名でも可））
なお、チーム編成ができない場合には、個人戦のみの出場となります。
【個人戦】
男子の部、女子の部、子どもの部（小学生以下）の3部にて行います。
- ③ 交流会 (12:30～14:30) 2時間
懇親会会場へ移動していただき、閉会式（表彰、賞品贈呈等）を行い、親睦を兼ねた立食パーティーを予定しております。

4. 参加資格

被保険者及び被扶養者 とします。

※ボウリング大会に関しては、小学生以上とさせていただきます。

5. 定 員

それぞれ先着順に 100 名（定員になり次第、締切といたします）

6. 参 加 料

『健康セミナー』…無料

※交流会費付き、但し交通費は自己負担

『ボウリング大会』…1 人 200 円

※交流会費付き、但し交通費は自己負担

7. 参加申込期間と申込方法

参加希望者は別紙申込書に必要事項を記入のうえ当組合健康推進事業係へ

5 月 17 日（金）まで にお申し込みください。（FAX 可 03-3404-9680）

8. 参加決定の通知

参加が決定した方には参加票・誓約書・大会実施要領等を締切後約 2 週間以内に当組合から送付します。また定員超過等の理由で不参加の世帯には「参加不可通知」を送付します。

9. 注 意 事 項

- ① 軽度のケガ（擦過傷・捻挫・打ち身）などをされた場合は絆創膏やシップ剤での処置はいたしますが、その後およびそれ以外の事故等につきましては責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。

また風邪薬、頭痛薬などの飲み薬は用意しておりませんので、必要とされる方は各自でご用意ください。

なお、大会参加にあたり「誓約書」をご提出いただいております。

皆様のご理解とご協力の程よろしく願いいたします。

※健康セミナーについては、「誓約書」の必要はありません。

- ② 健康保険証カードは必ずご持参ください。

10. そ の 他

ご不明な点がございましたら当組合健康推進事業係（☎ 03-3404-9545）までお問い合わせいただくか、組合ホームページ（<http://www.sekkei-kenpo.org/>）をご覧ください。

健康セミナー 参加申込書

《大阪地区対象事業》

事業所記号		申込代表者（カナ氏名）	
被保険者番号			
事業所名		連絡先※1	- -
住所 (会社・自宅) ※2	〒		

※1 申込代表者と連絡のとれる番号をご記入ください。

※2 会社に郵送を希望の場合は事業所名も必ず記入してください。

No.	記号－番号	氏名	性別	続柄	年齢	交流会※
1	—		男・女	本・家	歳	参・不
2	—		男・女	本・家	歳	参・不
3	—		男・女	本・家	歳	参・不
4	—		男・女	本・家	歳	参・不
5	—		男・女	本・家	歳	参・不
6	—		男・女	本・家	歳	参・不
7	—		男・女	本・家	歳	参・不
8	—		男・女	本・家	歳	参・不
9			男・女	本・家	歳	参・不
10			男・女	本・家	歳	参・不

※太枠内には申込責任者を記入してください。

※交流会は健康セミナー終了後、同会場内にて立食式で行う予定です。

※FAXでお申し込みの際は、送信後に必ず下記まで確認のお電話をください。

※被保険者は「本」を被扶養者は「家」をそれぞれ○で囲んでください。

※FAXにてお申し込みの際は、お手数ですが必ず組合へ確認のお電話をください。

※申込締切は5月17日（金）必着です。

※確認のお電話は、平日の9時～12時30分、13時～17時の間でお願します。

《申込書送付先》

全国設計事務所健康保険組合

施設部施設課健康推進係

〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷 2-37-9

TEL03-3404-9545 fax03-3404-9680

参加者1人200円

事業所記号

ボウリング大会 参加申込書

《大阪地区対象事業》

事業所記号		申込代表者（カナ氏名）	
被保険者番号			
事業所名		連絡先※1	- -
住所 （会社・自宅）※2	〒		

※1 申込代表者と連絡のとれる番号をご記入ください。

※2 会社に郵送を希望の場合は事業所名も必ず記入してください。

希望する参加カテゴリ に☑をつけてください。 ※複数可	☐ 団体戦 ※1 チーム4名（女子1名以上で構成）
	☐ 男子の部
	☐ 女子の部
	☐ 子どもの部 ※小学生のみ

※ 条件に満たない方はエントリーできません。

No.	記号－番号	氏名	性別	続柄	年齢	団体戦※
1	—		男・女	本・家	歳	
2	—		男・女	本・家	歳	
3	—		男・女	本・家	歳	
4	—		男・女	本・家	歳	
5	—		男・女	本・家	歳	
6	—		男・女	本・家	歳	
7	—		男・女	本・家	歳	
8	—		男・女	本・家	歳	

※太枠内には申込責任者を記入してください。

※団体戦に参加される方は✓をつけてください。また2チームある場合は①、②を記入してください。

※FAXでお申し込みの際は、送信後に必ず下記まで確認のお電話をください。

※被保険者は「本」を被扶養者は「家」をそれぞれ○で囲んでください。

※FAXにてお申し込みの際は、お手数ですが必ず組合へ確認のお電話をください。

※申込締切は5月17日（金）必着です。

※確認のお電話は、平日の9時～12時30分、13時～17時の間
をお願いします。

《申込書送付先》

全国設計事務所健康保険組合

施設部施設課健康推進係

〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷 2-37-9

TEL03-3404-9545 fax03-3404-9680

陶芸教室の実施について

〔直営健康増進施設 熱海リフレッシュセンター 事業〕

1. 実施日時

平成31年6月28日（金）～6月29日（土）・1泊2日

2. 会場

熱海リフレッシュセンター 3階「研修室」 ※現地集合、現地解散となります

〒413-0002 静岡県熱海市伊豆山392-1 TEL 0557-80-4154

3. 内容

1日目「体験Ⅰ」

- ① 作品が完成するまでの説明
- ② 土練りの体験
- ③ 手びねり、紐づくりの技法で形成

2日目「体験Ⅱ」

- ④ 前日に形成した作品の削り

4. 参加資格

当組合の被保険者及び被扶養者（18歳以上で実施日まで資格を有する方）とします。

※ 初参加の方を優先いたします。

5. 定員

30名

6. 参加料・材料費

6,500円 ※宿泊・夕朝食費用込み 会場までの交通費は自費となります。

7. 申込方法

- ① 参加を希望される方は、別添申込書か当組合ホームページからダウンロードした申込用紙により **5月24日（金）まで**に当組合健康推進事業係まで、**ご郵送ください**。

<http://www.sekkei-kenpo.org/> トップページ→体づくり・各種イベント→イベントスケジュール

- ② 申込みが**定員を超えた場合は抽選**にて参加者の決定をいたします。

8. その他

- ① お申し込みにあたり、宿泊の部屋割り等についてのご希望は承れませんので予めご了承のうえお申し込みください。ご理解とご協力の程よろしくお願いいたします。
- ② 軽度のケガ【擦過傷、捻挫、打ち身など】をされた場合は現場スタッフが絆創膏やシブ剤での処置をいたしますが、その後およびそれ以外の事故等につきましては責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。

また、風邪薬、頭痛薬などの飲み薬は用意しておりませんので併せてご了承ください。

常務理事	事務局長	部(次)長	課長	係長	起案者

参加者1人
6,500円

陶芸教室 参加申込書

下記のとおり申し込みます。

平成 年 月 日

平成 31 年 6 月 28 日 (金) ~ 29 日 (土) 実施

申込責任者となる被保険者	記号 番号		氏名	印	電話	()
	住所 (書類の送付先)	会社 〒				
	事業所	名 称				
参加希望者						
No.	記号・番号	氏名	生年月日	年齢	性別	続柄
1	・		年 月 日	才	男・女	
2	・		年 月 日	才	男・女	
3	・		年 月 日	才	男・女	
4	・		年 月 日	才	男・女	
5	・		年 月 日	才	男・女	
6	・		年 月 日	才	男・女	
7	・		年 月 日	才	男・女	
合 計		6,500円 × 名 = 円				

郵送にてご提出ください。 締切日：平成 31 年 5 月 24 日 (金) 必着
— 準備の都合上、ご協力をお願いいたします。 —

【注意事項】捺印が必須のため、**FAX での提出はお受けできません。**

◎ 別添の「陶芸教室の実施について」をよく読みご理解のうえお申し込みください。

種 別	領 収 日	領収No.	経理
振 込	現 金	平成 年 月 日	No.

熱海マンスリーイベントの実施について

〔直営健康増進施設 熱海リフレッシュセンター 事業〕

1. 参加資格

開催日に係る、熱海リフレッシュセンターの宿泊者を対象とします

2. 開催日時・内容（予定）

◎平成31年4月26日（金）13：20～16：30 予定		申込締切日	平成31年3月29日（金）
熱海まち歩きガイドの会と巡る『十国峠・姫の沢公園コース』			
内 容	十国峠を出発し広大な自然を有する都市公園100選にも選定される「姫の沢公園」を目指します。園内には約600種類の植物が植えられ、見ごろを迎えた「花まつり」が開催されています。	■小雨決行 当日のコンディションによりコースを変更する場合がございます。 ■荒天中止の場合、熱海城を中心とした屋内施設の見学に変更いたします。	募集定員 20名程度
◎平成31年5月15日（水）14：00～16：30 予定		申込締切日	平成31年4月12日（金）
花の楽園『アカオ ハーブ&ローズガーデン』ハーブ石鹸作り			
内 容	自然の丘陵地を活かした海を借景とした雄大な花の楽園。石鹸作りの体験と、バラを中心とした花々の多彩な彩りをお楽しみください。	■小雨決行 当日のコンディションによりコースを変更する場合がございます。 ■荒天中止の場合、熱海城を中心とした屋内施設の見学に変更いたします。	募集定員 20名程度
◎平成31年6月5日（水）19：30～21：00 予定		申込締切日	平成31年5月10日（金）
熱海梅園初川清流『ほたる鑑賞の夕べ』			
内 容	熱海梅園内の初川清流では、6月上旬～中旬にかけて、ゲンジボタルが園内を飛び交います。川のせせらぎを聞きながら幻想的なボタルの光を楽しんでみてはいかがでしょうか。	■熱海梅園 静岡県熱海市梅園町8-11 ■小雨決行、荒天中止	募集定員 20名程度

3. 参加料

無 料

※別途宿泊料がかかります。詳しくは別添「熱海リフレッシュセンター利用
申込書 ◎宿泊料金一覧」をご覧ください。

4. 申込方法

- ① 参加希望の方は、「熱海マンスリーイベント参加申込書」と「熱海リフレッシュセンター利用申込書」を合わせて各締切日までに当組合推進事業係までご郵送ください。
- ② 申込が定員を超えた場合は抽選にて参加者を決定し、当落の結果を実施日2週間前頃までに申込責任者宛ご通知いたします。
また参加が決定された方には「振込依頼書」を併せてお送りいたします。

5. そ の 他

軽度のケガ【擦過症、捻挫、打ち身など】をされた場合は現場スタッフが絆創膏やシップ剤での処置をいたしますが、その後およびそれ以外の事故等につきましては責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。

熱海マンスリーイベント 参加申込書

希望する月に○をしてください。

平成 31 年 4 月～平成 31 年 6 月実施イベント		
申込月を選択		4 月 26 日（金）熱海まち歩きガイドの会と巡る 『十国峠・姫の沢公園コース』
		5 月 15 日（水）『アカオ ハーブ&ローズガーデン』ハーブ石鹸作り
		6 月 5 日（水）熱海梅園初川清流『ほたる観賞のタベ』

下記のとおり申し込みます。

平成 年 月 日

利用責任者 (被保険者)	記号		氏名	電話	()
	番号				
	事業所		名 称		
参 加 希 望 者					
No.	記 号 ・ 番 号	氏 名	年 齢	性 別	続 柄
1	.		オ	男・女	
2	.		オ	男・女	
3	.		オ	男・女	
4	.		オ	男・女	
5	.		オ	男・女	
6	.		オ	男・女	
7	.		オ	男・女	
8	.		オ	男・女	
合 計		名			

「熱海マンスリーイベント参加申込書」と「熱海リフレッシュセンター利用申込書」を合わせて各締切日までに当組合推進事業係までご郵送ください。

— 準備の都合上、ご協力をお願いいたします。 —

■注意事項■

- ①熱海リフレッシュセンター利用申込書は捺印が必須となります。FAXでのお申し込みはお受けできませんので予めご了承ください。
- ②別途宿泊料がかかります。詳しくは別添熱海リフレッシュセンター申込書をご覧ください。

◎ 別添の「イベントの実施について」をよく読みご理解のうえお申し込みください。

熱海リフレッシュセンター 利用申込書 (コピー可)

常務理事	事務局長	部長	次長	課長	課長補佐	係

※年金受給者の方は、記号番号欄に受給者番号をご記入ください。

※必ずご捺印下さい

利用責任者 (被保険者)	保険証の記号番号	—		氏名	①		枚目
	会社名 (基金名)						パンフレット送付の希望 → 有・無
	書類送付先 (右記に○してください)	会社 自宅	住所				
利用期間	平成	年	月	日から	泊	連絡先電話番号	— —

★利用者氏名は **カタカナ** でご記入ください。(利用される方、全員をご記入ください。) ※ご利用は2名様からです。

記 号 一 番 号	利用者区分※1 該当区分に○して下さい		利 用 者 氏 名 カタカナ	性別	利用日 の 年 齢	宿泊情報※2		宿 泊 料 金
	1泊目	2泊目						
—	組 合 員 同 居 家 族	員 外 者		男・女				円
—	組 合 員 同 居 家 族	員 外 者		男・女				円
—	組 合 員 同 居 家 族	員 外 者		男・女				円
—	組 合 員 同 居 家 族	員 外 者		男・女				円
—	組 合 員 同 居 家 族	員 外 者		男・女				円
—	組 合 員 同 居 家 族	員 外 者		男・女				円
—	組 合 員 同 居 家 族	員 外 者		男・女				円
—	組 合 員 同 居 家 族	員 外 者		男・女				円
—	組 合 員 同 居 家 族	員 外 者		男・女				円
大人	子 供	幼 児	合 計 人 数	合 計 金 額				円
名	名	名	名					

部屋に希望がある方は、下記に部屋数をご記入ください。但しご希望に添えない場合がございます。あらかじめご了承ください。

8畳洋室 (2名)	8畳和室 (2~4名)	和洋室大部屋 (5~7名)
エキストラベット利用で3人まで可能。	山側10畳和室 (2~5名)	和室大部屋 (5~8名)

※1 利用者区分=「同居家族」とは、日々同じ家に住んでいる家族です。それ以外の方を「員外者」とします。
「同居家族」でお申込みは同居確認のための証明書(住所が確認できる半年以内の書類等。コピー可)をご提出ください。

※2 1泊のみの方は1泊目にご記入ください。2泊とも宿泊の場合は、両方に下記コードNO.をご記入ください。

宿泊情報※2 該当No.を選んでください	NO. 1	大人2食	NO. 5	子供 (松花堂風弁当・高学年向け)
	NO. 7	幼児 (無料)	NO. 6	子供 (お子様ランチ・低学年向け)

★ 子供が大人食を希望の場合は、大人料金になります。

★ 子供は4歳~小学生まで、4歳未満は幼児になります(寝具・食事無で無料) ※幼児は部屋の人数にカウントしません。

★翌日の朝食(和食・洋食)の希望は宿泊日の16時30分までにフロントにお申し付けください。お申し付けの無い場合は和食となります。

◎ 宿泊料金一覧 (料金は1泊2食付) ※組合員=当組合の被保険者と被扶養者 ※土・祝前日=宿泊日が祝日等の前日で平日の場合を除く

利用者区分	大人		子供 全 日
	平 日	※土・祝前日	
※組合員及び同居家族	4,500円	6,500円	3,500円
員外者	8,000円	10,000円	5,000円
年末年始 12/31~1/3	組合員及び同居家族に限ります 大人 8,000円 子供 4,000円		

★アレルギー等ある方は、事前にお電話ください。

全国設計事務所健康保険組合 施設係
〒151-0051

東京都渋谷区千駄ヶ谷2-37-9

TEL 03-3404-9545 (代表)

組合ホームページ アドレス

<http://www.sekkei-kenpo.org/> 「保健施設の利用」

ご不明な点などございましたら組合施設係までお問い合わせください。

平成 31 年度 提携スポーツクラブ 料金変更等のお知らせについて

現在、当組合では、健康づくり事業の一環として 4 つのスポーツクラブと提携し、会員となった方々には法人価格でご利用いただいております。

この度、4 月 1 日より下記 2 クラブの法人会員費（都度利用額）が改定となりました。また、平成 29 年度より提携していた『スポーツクラブ R I Z A P』は平成 31 年度より提携を解除いたします。引き続き 3 つのスポーツクラブとの提携は続きますので、ご自身の勤務先、住居に合わせご活用ください。

記

◆コナミスポーツクラブ 500 施設（直営 330 施設）

【現行】平成 31 年 3 月 31 日まで

利用プラン 施設カテゴリ	気軽に都度利用		
	都度利用料金	健保補助額	組合員負担額
カテゴリⅠ	1,188 円／回	598 円／回	590 円／回
カテゴリⅡ	1,512 円／回	762 円／回	750 円／回
カテゴリⅢ	1,836 円／回	926 円／回	910 円／回
カテゴリⅣ	2,160 円／回	1,080 円／回	1,080 円／回



【改定】平成 31 年 4 月 1 日より

利用プラン 施設カテゴリ	気軽に都度利用		
	都度利用料金	健保補助額	組合員負担額
カテゴリⅠ	1,296 円／回	656 円／回	640 円／回
カテゴリⅡ	1,728 円／回	868 円／回	860 円／回
カテゴリⅢ	2,052 円／回	1,032 円／回	1,020 円／回
カテゴリⅣ	2,376 円／回	1,196 円／回	1,180 円／回

◆スポーツクラブ N A S 54 施設

【現行】平成 31 年 3 月 31 日まで		【改定】平成 31 年 4 月 1 日より	
都度利用	1,000 円／回	都度利用	1,300 円／回

◆スポーツクラブ R I Z A P

平成 31 年 3 月 31 日をもって契約終了

※詳しくは平成 31 年 3 月下旬（予定）に組合ホームページ等にてご案内いたします。

組合 H P <http://www.sekkei-kenpo.org/>

傷害保険（レクリエーション補償プラン）について

1. この保険では

- ① 集合してから解散するまで、当組合で実施しているスポーツ大会・各種教室に参加中の傷害事故を補償しております。

※「参加中」とは… 参加するため所定の集合地に集合した時から所定の解散地で解散するまでの間で、かつ責任者の管理下にある間をいいます。

- ② 当組合で実施しているスポーツ大会・各種教室に参加される組合員全員が補償の対象となります。

※歩け歩け大会・軟式野球大会・健康マラソン大会・料理教室・陶芸教室
リフレッシュフロアー（けんぽプラザ）各種教室 などなど

2. こんなときに

- ① 当組合で実施しているスポーツ大会・各種教室参加中に急激かつ偶然な外来の事故により、ケガをされた場合に保険金が支払われます。

※「急 激」とは… 突発的に発生することであり、ケガの原因としての事故がゆるやかに発生するのではなく、原因となった事故から結果としてのケガまでの過程が直接的で時間的間隔のないことを意味します。

※「偶 然」とは… 原因の発生が偶然である、結果の発生が偶然である原因・結果とも偶然である、のいずれかに該当する予知されない出来事をいいます。

※「外 来」とは… ケガの原因が被保険者の身体の外からの作用によることをいいます。

靴ずれ、車酔い、しもやけ等は「急激かつ偶然な外来の事故」に該当しません

3. 保険金 ※保険金をお支払いできない場合がありますので予めご注意ください

死亡保険金 後遺障害保険金	入院1日あたり	通院1日あたり
5 0 0 0 千円	5 0 0 0 円	2 5 0 0 円

◆ご不明な点等ございましたら下記までお問い合わせください◆

健康推進事業係・運動指導室 TEL 03-3404-9545（代表）

リフレッシュフロアー（けんぽプラザ）各種スポーツ教室の実施について

1.	ア ク ア シ ェ イ プ	平成 31 年 4 月・5 月・6 月・7 月(各月)
	ス イ ミ ン グ	//
	Z U M B A G O L D	//
	ヨ ガ	//
NEW!	ピ ラ テ ィ ス	//
	健 美 操	//
NEW!	骨 盤 体 操	//
	ボ デ ィ メ イ ク	//
NEW!	ダ イ エ ッ ト 教 室	//
	太 極 拳	//
	フ ラ ダ ン ス	平成 31 年 4 月～7 月 (4 ヶ月継続)
	社 交 ダ ン ス	平成 31 年 4 月～7 月 (4 ヶ月継続)

◎ お問い合わせ等につきましては、4階 運動指導室あてにお願いいたします。

1. 平成 31 年 4 月・5 月・6 月・7 月 健康・体力づくり事業一覧

◎ 4 月コース 申込受付期間 平成 31 年 3 月 4 日（月）～ 8 日（金）

曜日	実施時間	教室名	定員	開催日	回数
月曜日	午後	ボディメイク	30 名	1. 8. 15. 22 ※4/29はお休み	全 4 回
	夕方	ZUMBA GOLD	30 名		
火曜日	午前	ヨ ガ	30 名	2. 9. 16. 23 ※4/30はお休み	全 4 回
	夕方	アクアシェイプ	30 名		
		△社交ダンス (ワルツ・ルンバ)	35 名	4/2～7/23 ※4/30・7/30はお休み	全 16 回
水曜日	午前	アクアシェイプ	30 名	3. 10. 17. 24	全 4 回
	午後	骨 盤 体 操	30 名		
	夕方	ヨ ガ	30 名		
木曜日	午前	健 美 操	30 名	4. 11. 18. 25	全 4 回
	午後	ダ イ エ ッ ト 教 室	30 名		
	夕方	○スイミング 【クロール】	15 名		
		◇フラダンス	30 名	4/4～7/25 ※5/2はお休み	全 16 回
金曜日	午前	○スイミング 【クロール】	15 名	5. 12. 19. 26	全 4 回
	午後	ピ ラ テ ィ ス	30 名		
	夕方	太 極 拳	30 名		

△印「社交ダンス」および◇印「フラダンス」は継続の教室となりますので

4 月コースの申込受付期間中に必ずお申し込みください。

◎ 5月コース 申込受付期間 平成31年4月2日（火）～ 8日（月）

曜日	実施時間	教室名	定員	開催日	回数
月曜日	午後	ボディメイク	30名	13. 20. 27	全3回
	夕方	ZUMBA GOLD	30名		
火曜日	午前	ヨ ガ	30名	7. 14. 21. 28	全4回
	夕方	アクアシェイプ	30名		
水曜日	午前	アクアシェイプ	30名	8. 15. 22. 29 ※5/1はお休み	全4回
	午後	骨盤体操	30名		
	夕方	ヨ ガ	30名		
木曜日	午前	健美操	30名	9. 16. 23. 30 ※5/2はお休み	全4回
	午後	ダイエット教室	30名		
	夕方	○スイミング 【クロール】	15名		
金曜日	午前	○スイミング 【クロール】	15名	10. 17. 24. 31	全4回
	午後	ピラティス	30名		
	夕方	太極拳	30名		

◎ 6月コース 申込受付期間 平成31年5月8日（水）～ 14日（火）

曜日	実施時間	教室名	定員	開催日	回数
月曜日	午後	ボディメイク	30名	3. 10. 17. 24	全4回
	夕方	ZUMBA GOLD	30名		
火曜日	午前	ヨ ガ	30名	4. 11. 18. 25	全4回
	夕方	アクアシェイプ	30名		
水曜日	午前	アクアシェイプ	30名	5. 12. 19. 26	全4回
	午後	骨盤体操	30名		
	夕方	ヨ ガ	30名		
木曜日	午前	健美操	30名	6. 13. 20. 27	全4回
	午後	ダイエット教室	30名		
	夕方	○スイミング 【背泳ぎ】	15名		
金曜日	午前	○スイミング 【背泳ぎ】	15名	7. 14. 21. 28	全4回
	午後	ピラティス	30名		
	夕方	太極拳	30名		

◎ 7月コース 申込受付期間 平成31年6月4日(火)～10日(月)

曜日	実施時間	教室名	定員	開催日	回数
月曜日	午後	ボディメイク	30名	1. 8. 22. 29 ※7/15はお休み	全4回
	夕方	ZUMBA GOLD	30名		
火曜日	午前	ヨ ガ	30名	2. 9. 16. 23 ※7/30はお休み	全4回
	夕方	アクアシェイプ	30名		
水曜日	午前	アクアシェイプ	30名	3. 10. 17. 24 ※7/31はお休み	全4回
	午後	骨盤体操	30名		
	夕方	ヨ ガ	30名		
木曜日	午前	健美操	30名	4. 11. 18. 25	全4回
	午後	ダイエット教室	30名		
	夕方	○スイミング 【背泳ぎ】	15名		
金曜日	午前	○スイミング 【背泳ぎ】	15名	5. 12. 19. 26	全4回
	午後	ピラティス	30名		
	夕方	太極拳	30名		

※○印の「スイミング」は、各月の指導内容が変わりますのでご注意ください。

開催時間

午前 11:00～12:00 (60分)
午後 14:30～15:30 (60分)
夕方 19:00～20:00 (60分)

※ なお、悪天候等状況により、やむなく教室を中止する場合がございます。

★ 参加を希望される方は、各申込受付期間にお電話にてお申し込みください。

運動指導室 電話番号 03-3404-9545 内線 401・402

- ・各申込受付は、土日祝祭日を除く平日の午前9時から午後5時までをお願いいたします。
- ・各お申し込みが 定員を超えた場合は抽選 を行い、参加者を決定いたします。
- ・当落選の結果については申込者あてに封書にてご通知いたします。

また、当選された方には教室ご参加にあたってのご案内を同封いたします。

I. 対 象 者

当組合：被保険者、被扶養者等（18歳以上の被扶養者）、年金加入者

※年金加入者とは、当健康保険組合の被保険者であった者で、資格を喪失している60歳以上の者とその配偶者となります。申込多数となり抽選になった場合は組合員が優先となります。

II. 開 催 会 場

けんぽプラザ 4階 運動指導室（スタジオ） 5階 運動浴槽（プール）

東京都渋谷区千駄ヶ谷2-37-9

III. 参 加 料

有 料（指導料）：各教室1人1回参加するごとに200円

社交ダンス・フラダンス・スイミング以外の教室では、当日の参加者数が定員に満たない場合、若干名の参加（組合員のみ）を受け付けております。

参加される場合、事前にご連絡が必要となります。お電話にてお申し込みください。

なお、参加には参加料200円が必要です。また、各レンタル用品は有料となります。

※「誓約書」をご提出いただきます（参加を希望される方には受付にてご記入いただきます）。

IV. そ の 他

- ① 健康保険証カードは必ず持参してください。
- ② 教室参加にあたり、受付時に「誓約書」をご提出いただいております。軽度のケガ（擦過傷・捻挫・打ち身など）をされた場合は、絆創膏やシブ剤での処置はいたしますが、その後およびそれ以外の事故等につきましては責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。また、風邪薬、頭痛薬などの飲み薬は用意しておりませんので、必要とされる方は各自ご用意下さい。
- ③ 自然災害や悪天候または交通機関の乱れ等で、通常運営できないと判断した時は、やむを得ず営業時間の変更やリフレッシュフロア休館とさせていただく場合もあります。ご了承のうえお申し込みください。
- ④ ご不明な点は、当組合運動指導室〔電話番号 03-3404-9545〕までお問い合わせいただくか、組合ホームページ（<http://www.sekkei-kenpo.org/>）をご覧ください。

◆ リフレッシュフロア（4階・5階）よりお知らせ

設備点検等のため、以下の期間は一般利用および教室をお休みさせていただきます。

平成31年4月27日（土）から 5月6日（月）

4月・5月・6月・7月 開催教室のご案内

◎New 骨盤体操

日々の生活習慣や癖、又は出産により歪んでしまった骨盤の位置を正しい位置に戻すための運動です。主に姿勢の改善や内臓の代謝を良くする効果があり、運動に慣れていない方でもお気軽にご参加いただけます。

◎New ダイエット教室

運動不足解消を目的に脂肪燃焼に特化した運動をバランスよく行います。ストレッチは筋肉を柔らかくし、スムーズに運動を行いやすい身体に導き、筋力トレーニングでインナーマッスル含め骨格筋の強化を狙い、有酸素運動で脂肪燃焼を目指します。

◎New ピラティス

身体の深部にある筋肉、いわゆる「身体の芯(コア)」を意識し鍛えることで、本来の動きと働きを呼び覚まし柔軟性を向上させ、正しい姿勢を記憶・維持できる質の良い筋肉にしていきます。また、基礎代謝の向上も狙えるため、免疫力アップや内臓の健康も期待できます。

◎ボディメイク

「身体運動機能やバランスを、まんべんなく保ったまま全身を磨く」というビジョンのもと体の内側や中心に比重を置いた全身性の向上を考えたトレーニングを行います。

◎健美操

多種の呼吸法やツボにより自然治癒力を高め、心地よい音楽に合わせて身体を動かし、心身のバランスを整えていきます。初めての方、トレーニングをしていない方もどなたでも楽しみ効果を実感できるプログラムです。

◎ZUMBA GOLD

主にラテン音楽とダンスを組み合わせたダンスフィットネス。ダンスステップを基本として、自重による軽い筋トレ運動が盛り込まれたエクササイズであり、初心者や年齢に関係なく誰でもご参加いただけます。運動が苦手な人でも、ダンスが苦手な人でも気軽に楽しくシェイプアップできるプログラムです。

◎ヨガ

ヨガのポーズをゆっくりと進めます。全身のリラクゼーションを味わいながら心身のバランスを整え、ストレス解消にも効果的な健康法です。簡単なポーズで無理なく行ないますので、体力がない、身体がかたいと思っている方でもお気軽にご参加いただけます。

◎太極拳

気功体操の練功やカンフー体操などで身体を温めほぐしてから、太極拳の鍛錬を行います。ゆっくりと動く楊式太極拳の武術動作は有酸素運動であり、健康維持と足腰強化に効果があります。

◎スイミング

「ゆったり 楽に」を目標に、水の中で全身を動かすいろいろな練習を取り入れ、わかりやすく指導いたします。泳げない方（初めて水泳を習う方）から、楽に泳げるようになりたい方まで、プールで楽しく泳ぎましょう！

◎アクアシェイプ

水の特長（抵抗 浮力 水圧 水温）を最大限に活かすことで、わずかな運動でもエネルギー消費量が大きくなります。浮力により腰や膝への衝撃が少なく、陸上ではちょっと無理な動作も不思議とできてしまうことから、老若男女問わずご参加いただけます。

◎フラダンス

ハワイアンフラの持つ伝統動作・用語（手話）の意味をフラダンスの中で理解・習得し豊かな感性と表現力を身につけ、また日頃あまり使わない筋肉を動かすことで身体のシェイプアップを図ります。

◎社交ダンス

基礎レッスンを主としてスタート、先々自由に踊ることができるように目標を持って行います。それぞれのレベルに合せた指導をいたします。

リフレッシュフロアー〔運動浴槽(プール)・浴室・サウナ〕のご案内

○ 所 在 地

けんぽプラザ 4階：受付・更衣室・浴室・サウナ 5階：運動浴槽(プール)
東京都渋谷区千駄ヶ谷2-37-9

○ ご利用時間

平 日／午前10時～午後9時〔運動浴槽(プール)は午後8時30分まで〕

※ 運動浴槽(プール)で教室を実施している時間は、運動浴槽(プール)を含む5階フロアーのご利用はできません。

※ 土曜日・日曜日・祝日・年末年始・5月1日はお休みです。
この他、設備点検および組合事業等でお休みする場合があります。

○ 利 用 料 (大人・小人共通)

利用単位(1日)	利用者区分	利用料(1人当り)
平 日	組 合 員	300円
	員 外 者	600円

※ 「組合員」とは、当健康保険組合の保険証をお持ちの被保険者および被扶養者のこと。
ご家族の方であっても保険証の無い方は「員外者」となります。

※ ご利用は 小学生以上 からとなります。なお、小・中学生は保護者同伴でのご利用となります。

○ レンタル用品

タオル(バス・フェイス)	・・・	100円	}	組合員・員外者共通
スイムウェア(大人のみ)	・・・	400円		
スイムキャップ	・・・	100円		
トレーニングシューズ	・・・	100円	}	教室参加者
トレーニングウェア(上・下・Tシャツ)	・・・	400円		
Tシャツのみ	・・・	100円		

※ ウェア・シューズの特に大きいサイズおよび小さいサイズは取り扱っておりません。

○ そ の 他

- ・遊具、浮輪、シュノーケル、フィン、フロート等の持込みおよび使用はできません。
- ・泳法などの指導を伴うご利用はできません。
- ・このほか、ご利用にあたっての注意事項があります。

詳しくは 当組合 運動指導室 (☎ 03-3404-9545 内線 401・402) までお問い合わせいただくか、組合ホームページをご覧ください。

組合ホームページ <http://www.sekkei-kenpo.org/>

◆ リフレッシュフロアー(4階・5階)お休みのお知らせ

設備点検等のため、以下の期間は一般利用および教室をお休みさせていただきます。

平成31年4月27日(土)から 5月6日(月)