

心と体の元気を応援!

第1回 ウェルネスセミナー

平成30年9月22日(土)開催

開場:午後1時00分 開演:午後2時00分 終演:午後4時30分(予定)

前橋市民文化会館 (昌賢学園まえばしホール)

群馬県前橋市南町三丁目62-1 (JR両毛線前橋駅から徒歩8分)

抽選で

ペア250組(500名様)ご招待!

参加費無料

セミナー 第1部

『一流選手から学ぶ目標達成へのプロセス』

講師: 山本 昌邦 (アテネ五輪サッカー日本代表監督)

1958年4月4日生まれ、静岡県沼津市出身。
現役時代はディフェンダー、日本サッカーリーグヤマハ発動機サッカー部で二部リーグ優勝・天皇杯優勝。日本代表選手としても活躍。現役引退後はJリーグ ジュビロ磐田監督・コーチ、W杯日本代表コーチ等を歴任し、2004年アテネ五輪で日本代表監督を務める。数々の日本代表選手や世界各国で活躍する選手を育成・指導した経験を持ち、現在はNHKサッカー解説をはじめとして幅広い活動を展開。



セミナー 第2部

『リズムを意識した快眠ライフ』

講師: 林田 健一 (スリープ&ストレスクリニック院長)

医学博士。平成8年3月 東京慈恵会医科大学医学部医学卒業。同大学附属病院勤務を経て、平成19年11月 スリープ&ストレスクリニック開設。(公財)神経研究所附属睡眠学センター 客員研究員、日本睡眠学会 評議員も務めるなど、健康と睡眠の関係に詳しい。著書に「どう診る? 日常診療に潜む睡眠障害」(日本医事新報社)、「朝、スッキリ目覚め「いい眠りだったな」とつい言ってしまう本」(主婦の友社)などを持つ。今年9月には新たにスリープ・サポート クリニックも開設する。



応募方法

以下の2つより、お好きな方法をお選び下さい。

- ① お手持ちの携帯電話、スマートフォン等でキャンペーンポスター又はチラシに掲載のQRコードを読み取り、応募フォームに必要事項をご入力後、当事務局宛に送信して下さい。
- ② キャンペーンチラシ裏面にある応募欄に必要事項をご記入後、FAXで当事務局宛に送信して下さい。

※お預りした個人情報は本セミナーの実施運営のみに利用し、終了後は速やかに廃棄処分します。

応募用
QRコード



応募締切

平成30年9月1日(土) ※当日受付分まで ご当選者様には9月15日(土)までにご招待状を発送させていただきます。

お問合せ

第1回ウェルネスセミナー事務局 0120-110-214 (平日10:00~17:00)

※会館の専用駐車場が満車になった場合は申し訳ありませんが、前橋駅周辺の駐車場をご利用下さい。なお、駐車代金は自己負担となっておりますので、予めご了承ください。

ぐんま
元気(GENKI)
の5か条

- 第1条 G げんき(元気)に動いて ぐっすり睡眠(運動・休養)
- 第2条 E えんぶん(塩分)ひかえて 食事はバランスよく(食生活)
- 第3条 N なかま(仲間)をつくって 健康づくり(社会参加・健(検)診)
- 第4条 K きんえん(禁煙)めざして お酒は適度に(喫煙・飲酒)
- 第5条 I いいは(歯)を保って いつも笑顔(歯と口・こころの健康)

当日は
ぐんまちゃんが
来場します

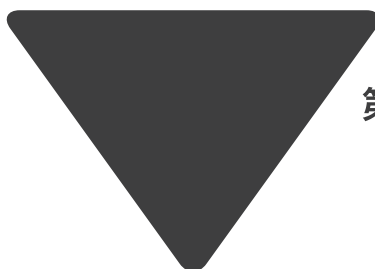


群馬県のマスコット
ぐんまちゃん

第1回 ウェルネスセミナー申込書

フリガナ		年 齢
代表者名		
住 所	〒	
ご連絡先	お電話番号	
※ご当選時にご本人様確認を差し上げることがございます	メールアドレス (メールでご希望の場合)	
ご利用店舗名		

FAX : 0120-112-840



本件のお問い合わせ
第1回ウェルネスセミナー事務局
0120-110-214
(平日 10:00 ~ 17:00)