



～美しく輝くシニア女子の楽しみ方～

# 女性の集い in ふくしま

参加費  
**無料**

※各種講座等への受講を希望される方は受講決定通知書が必要です。

**スタンプラリー開催!!**

スタンプ3個で  
プレゼントをもらおう!

**当日参加もOK!**

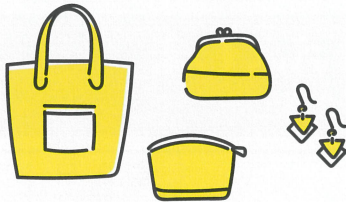
お仕事の相談コーナー

- **ハローワーク郡山**  
(生涯現役支援窓口)  
※雇用保険受給者の方へ  
ハローワークとの仕事の相談は求職活動実績になります。
- **シルバー人材センター**



シルバー人材センター  
女性会員活動状況紹介コーナー

- **手工芸品の展示、販売、小物作り体験、踊り発表**



協賛企業コーナー

- **からだ衰え度チェック**  
(株)Jホップ)
- **腸年齢チェック**  
(郡山ヤクルト販売株)
- **ハンドケア**  
(メナード)
- **麴を使った健康レシピ**  
(株宝来屋本店)



演題：  
**生活習慣病に対する  
食事、運動療法**

講師：医療法人うさみ内科  
院長 宇佐見 啓治 氏

● 講演時間 13:00～14:00

開催日時

令和7年 **1月20日** 月

会場

**ビッグパレットふくしま**

〒963-0115 福島県郡山市南二丁目52番地

3階 中会議室、研修室 ほか

開催時間 / 13:00～16:00 (開場は12:30より)  
パーソナルカラー講座のみ 10:00～12:00開催

対象者

県内在住で60歳以上の女性の方

## スケジュール

- 13:00 開場  
講演  
「生活習慣病に対する  
食事、運動療法」  
～各種講座、  
フリーイベント開催～
- 16:00 閉場

※詳細については裏面をご覧ください

## 申込方法

裏面の申込用紙に必要事項を記入の上、(公社)福島県シルバー人材センター連合会までFAX、またはQRコードを読み取り、専用サイトに必要事項を記入して申し込んでください。電話、および郵送での申し込みは受け付けておりません。

申込期限：令和7年1月6日(月)



(申し込み専用サイト)

主催：(公社)福島県シルバー人材センター連合会

共催：(公社)郡山市シルバー人材センター、(公社)須賀川市シルバー人材センター 後援：福島労働局、福島県

● お問い合わせ先  
(公社)福島県シルバー人材センター連合会

住所：〒960-8035 福島市本町5番5号 福島本町フコク生命ビル3階  
電話：024-521-6081 FAX：024-521-6086

申込方法については裏面をご覧ください