

# エル・おおさか 働く人の健康フェア

平成21年1月30日(金)

会場 エル・おおさか本館10階

午後1時30分から午後2時30分

「心とからだの健康」～マンボウ家の健康法～

サントリー株式会社 健康食品事業部

斎藤由香 氏

プロフィール

現在、「週刊新潮」で「トホホな朝ウフの夜」を連載中のエッセイスト。

祖父は歌人・斎藤茂吉、父は作家・北杜夫。

サントリーの窓際OLでもある。

広報部を経て、風邪もひかず、健康だけが取り得ということで、現在、健康食品事業部勤務。

資格免許は自動車普通免許だけ。特技なし、語学力ゼロ。

食べ物の好き嫌いなし、激辛・ゲテモノ歓迎の温泉好き。酒量は、楽々ウイスキー1本。

著書に『窓際OLトホホな朝ウフの夜』『窓際OL会社はいつもてんやわんや』、

歌人・斎藤茂吉の妻であり、祖母・輝子の生涯を描いた『猛女とよばれた淑女』(ともに新潮社)、

『モタ先生と窓際OLの人づきあいがラクになる本』(集英社)他。

入場無料

申込先着  
それぞれ  
100名

午後3時～午後4時

「実践リラクゼーション」～自律訓練法入門～

関西カウンセリングセンター

自律訓練法 認定士 本間 立子 氏

午後6時30分～午後7時30分

「笑いと健康」

アップハート 株式会社 代表取締役

医学博士 山田 祥次 氏

午後7時40分～午後8時10分

「お笑い健康講座」

落語家 笑福亭 仁勇 氏

事前申込不要！

午後1時～午後5時

体重計、体脂肪計体験コーナー

健康食品など展示コーナー

協力 大阪府計量検定所・株式会社大塚製薬・サントリー株式会社

電話、FAX(申込用紙裏面)、E-mailで、  
(財)大阪労働協会までお申し込みください。

電話・・・06(4790)8951

ファクシミリ・・・06(6942)1735

E-mail kikakukeihatsu.orlk@jupiter.ocn.ne.jp

〒540-0033 大阪市中央区石町2-5-3

(エル・おおさか南館8階)



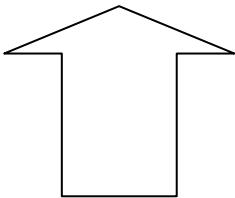
主催 財団法人大阪労働協会・社団法人大阪労働者福祉協議会  
大阪府労務改善集団連合会・大阪府勤労者福祉推進者懇談会  
後援 大阪府

京阪・地下鉄谷町線「天満橋」駅下車西へ300m  
京阪・地下鉄鈴蘭筋「北浜」駅下車東へ500m  
JR東西線「大阪天満宮」駅下車南へ850m

# エル・おおさか働く人の健康フェア

## 平成21年1月30日(金)

1	午後1時30分 ～ 午後2時30分	「心とからだの健康」 マンボウ家の健康法 サントリー株式会社 健康食品事業部 斎藤 由香 (さいとう ゆか) 氏
2	午後3時00分 ～ 午後4時00分	「実践リラクゼーション」 自律訓練法入門 関西カウンセリングセンター 自律訓練法 認定士 本間 立子 (ほんま りゅうこ) 氏
3	午後6時30分 ～ 午後7時30分	「笑いと健康」 アップハート 株式会社 代表取締役 医学博士 山田 祥次 (やまだ しょうじ) 氏
4	午後7時40分 ～ 午後8時10分	「お笑い健康講座」 笑福亭 仁勇 (しょうふくてい にゆう) 氏



FAX:06-6942-1735

### 申込書

お名前	
参加セミナーに チェックしてください	<input type="checkbox"/> 1・「心とからだの健康」～マンボウ家の健康法～ <input type="checkbox"/> 2・「実践リラクゼーション」～自律訓練法入門～ <input type="checkbox"/> 3・「笑いと健康」 <input type="checkbox"/> 4・「お笑い健康講座」
ご住所または会社名	
ご連絡先電話番号	

お知らせいただいた個人情報は、当セミナーに関する連絡以外には使用いたしません。