

ばどあすたいむカウンター 2/3金

八戸ノ里駅前

にOPEN!

子育てが終わったミドルシニア層に役立つ情報をご提供し、第二の人生を応援する「あすたいむ倶楽部」その情報発信基地となる『ばどあすたいむカウンター』が八戸ノ里駅前にOPENしました。



オープニングセミナー

あすたいむ会員は
参加費無料

あすたいむ倶楽部会員募集

入会費・登録料・年会費

無料



★特典①★

人生を楽しみたいミドルシニアのためのセミナーやイベントに
会員価格で参加できます!



★特典②★

別冊「あすたいむ」季刊誌を
年4回、無料で自宅にお届け!!



★特典③★

来所で登録の方は
プレゼントを差し上げます!
※なくなり次第終了です

他にも特典がいっぱいあります♪

2/17金
13:30~15:30

定員 20名
先着順

年金から見る老後の設計 いくらもらえるの? 私の年金・夫の年金

「これからの年金制度、どうなるの?」「年金の受け取り方は?、実際にはいくらもらえるの?」など、気になる年金のあれこれについて、女性の特定社会保険労務士が解説します。年金定期便をお持ちください。



講師
特定社会保険労務士
平井 貴子氏

参加費:あすたいむ会員 無料
非会員:500円

2/20月
10:30~12:30

定員 10名
先着順

水からライフスタイルを変えていく 水素水から知る美と健康(ランチ試食付)

現在、美容と健康効果に大きく期待されている水素水。水素の抗酸化作用により身体を若々しく保つサポートの動きを、水道水やミネラルウォーターとの比較実験を交えてご紹介します。水素水を使って調理したお弁当の試食、芸能人の引き出物として話題になった水素風呂のご案内も致します。



講師
(株)OSGコミュニケーションズ
西田 憲正氏

参加費:あすたいむ会員 無料
非会員:500円

2/24金
10:00~12:00

定員 20名
先着順

元気なうちに知っておきたい 介護施設・高齢者住宅の現状と選び方

昨今、急増している有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅等を中心に細かな違いや特徴、現状とご入居のタイミングなども含めて今後のシニアの住まいの探し方をお話します。



講師
関西有料老人ホーム
紹介センター 主任相
北野 優氏

参加費:あすたいむ会員 無料
非会員:500円

3/9木
13:30~15:30

定員 20名
先着順

体質チェックと気血水のお話 薬膳・漢方養生で元気な身体と心を手に入れる

疲れやすい、風邪をよくひく、むくみ・シミやくまが気になる、肩こりがひどい…などのプチ不調。最近感じることも多くないですか?自分の体質を知って薬膳・漢方養生で改善しましょう。暮らしにすぐ取り入れられるよう、近所で手に入る食材を使ったレシピも紹介。



お茶とクッキーの試食付



講師
国際薬剤師 管理栄養士
ハシガミ ユカリ氏

参加費:あすたいむ会員 無料
(オープニングのみ)
非会員:2000円

●お申し込み方法● ★会員登録・セミナーのお申し込みはこちらから。

氏名、住所、TEL、生年月日、メールアドレスが必要です

お電話で

06-6730-6123
平日9:30~17:00

Webで

あすたいむ倶楽部 検索
<http://earthtime-club.jp/>

来所で

ばどあすたいむカウンターへ
直接お越し下さい



個人情報の取扱いについて/◎ご記入いただいた個人情報は当イベント・セミナーの運営及びあすたいむ倶楽部会員登録の目的にのみ使用しますが、以降(株)関西ばどあすたいむ倶楽部の提供サービスについてご連絡、ご案内させていただきます。◎ご記入いただいた個人情報を、ご本人の承諾なく第三者に提供することはありません。◎当社が保有する個人情報の開示、訂正、追加、削除、利用停止の申し出には適切に対応いたします。◎個人情報の提供は任意ですが、記入漏れがあると応募対象から外れます。◎個人情報お問い合わせ窓口 個人情報保護管理代理/ばど東大阪支局長



ばどあすたいむカウンター東大阪
〒577-0803 東大阪市内小阪2-14-16天正八戸ノ里ビル3F

TEL:06-6730-6123
FAX:06-6730-6124