

～ 人 生 1 0 0 年 時 代 ～

コロナウイルスに負けるな!

健康経営講座

新型コロナウイルスの影響で外出自粛や、在宅勤務が推奨されるなどし、外出や運動する機会が以前に比べ大幅に減少し、健康を害する可能性が高まっています。経営者、従業員問わず、働くためには健康が資本かつ、会社の将来的な収益性にも関わってきます。本講座では、実際に健康経営を実践していくうえでの各段階の取り組み方についての講演をはじめ、自宅でも簡単にできるストレッチ講座をセットで開催いたします。

日 時: ①令和2年9月 8日(火) 13:30～15:00

②令和2年9月 9日(水) 15:00～16:30

③令和2年9月18日(金) 17:30～19:00

会 場: スポーツクラブ VITA BASE(ヴィータベース)

住所: 習志野市茜浜 2-2-1 ミスターマックス新習志野ショッピングセンター2F ※駐車場4時間無料

参加費: 500 円

定員 : 各回15名まで

※当日は動きやすい服装、屋内シューズをご用意ください。
(シャワー・パウダールームを完備したロッカールームがあります。)

健康経営講座 (30分)

ストレッチ講座(30分) VITA BASE スタッフがレクチャーします



株式会社 OFC ヴィータ
取締役 脇田 雅史
(健康経営アドバイザー)

支配人
志田正章



安田桃実

副支配人
植木智美



清家拓也
※オービック
シーガルス選手



塩澤未来
※オービック
シーガルス
チアリーダー



※※※講座終了後、お好みに VITA BASE をご利用いただけます。※※※

FAXでのお申込み

必要事項をご記入の上 047-452-6744 までお送りください

貴社名	参加者名	
住 所	★参加希望日★	
TEL	FAX	メール

主催：習志野商工会議所 サービス業部会・女性会 共催：アクサ生命保険(株)

※ご記入いただいた情報は、当該視察研修会に関する連絡・記録、講師への名簿提出などのために使用いたします。