

社内の健康づくりにご興味があればどなたでも！ / 12月13日(金)

健康経営セミナー

13:30-16:30
参加無料

社員の健康づくりに取り組むことが会社の経営を元気にする「健康経営」について学びます。県内で活躍する産業医による健康講話を始め、社内の健康支援に取り組む専門家による健康づくり体験会などをご用意しています。

前回のセミナーで**参加者満足度100%だった健康経営セミナー**を新たな形でもう一度！皆様のご参加、お待ちしております。

セミナー内容

第一部 13:40～15:00

『職場で取り組むメンタルヘルス』

龍 健康管理クリニック代表
医師/認定産業医/労働衛生コンサルタント

宇野 司 氏



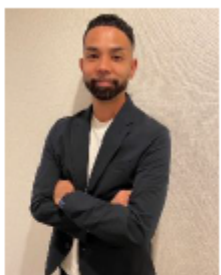
第二部 15:15～16:30

『健康経営と健康づくり体験会』

～社内で出来る運動セミナーを実践～

(株)LIM projects 代表
理学療法士/健康経営アドバイザー

新崎 直和 氏



会場

いちゅい具志川じんぶん館 2階 会議室
住所：うるま市川崎468番地

お願い

ストレス軽減に繋がるストレッチ法を実践します。動きやすい格好でご参加ください。

健康測定体験

セミナー終了後
16:30～17:00

健康づくりの第一歩は

「自分の身体を知る」ことから。
全身の筋肉量や体脂肪率がわかる、
大人気の体組成測定が体験できます。
この機会に是非お試しください。



体組成測定

お申込み

以下の申込書へ記入しFAX、またはQRコードからお申込みください。

※定員30名に達し次第、受付終了となります。

FAX 098-975-8088

事業所名

電話番号

参加者名



【主催】うるま市商工会 問合せ ☎ 098-975-8100 (担当:平良)

本事業は団体経由産業保健活動推進助成金を活用しています。