

セミナールームオープニングセミナー！！

社員のワクワク健康づくり第二弾！！

「職場でできる運動セミナー」 ～今日からはじめる1日1トレ～

聖隷福祉事業団保健事業部とのヘルスケア事業の第二弾として、健康運動指導士をお招きして職場でできる運動セミナーを開催いたします。今回は講義だけでなく、実際に体を動かしてもらい、すぐに実践できる運動不足解消のためのトレーニング等が身に付きます。会社で、自宅で「今日からはじめる1日1トレ」を実践していきましょう。
経営者、労務担当者、企業で働く社員の皆様でご参加ください。

開催日時 平成31年2月20日（水）10：30～11：30
(受付開始10：15～)

開催場所 笑み社会保険労務士法人 セミナールーム
浜松市南区頭陀寺町338-5 太田ビル2F
※「やよい軒浜松本郷町店」北側のビルです

内容

- 1.運動不足が及ぼす影響（講義）
- 2.簡身体力チェック（実技）
- 3.プラス10生活のススメ（講義・実技）

定員

20名

受講料

3,000円

講師

聖隷福祉事業団 保健事業部 健康運動指導士

その他

体を動かせる服装でご参加ください。



お申し込みはFAXで 053-411-1526（締切 2月18日(月) 17:00）

事業所名		参加者名	
住所		電話番号	
E-mail		FAX番号	

個人情報に関する取扱いについて／記載されたお客様の情報はセミナー案内・当所事業内容のご案内等、資料の送付に使用します。
※今後FAXのご案内を希望なさらない場合は、大変お手数ではございますが、FAX番号のみをご記入頂き、FAXにてご返送いただけますようお願い申し上げます。

社会福祉法人 聖隷福祉事業団 保健事業部
産業保健企画推進課

〒430-0906 静岡県浜松市中区住吉2-35-8

TEL：053-473-5529 <http://seirei.or.jp/hoken/index.html>

Smile Business Partner
笑み社会保険労務士法人

〒430-0816 静岡県浜松市南区参野町183-1

TEL：053-411-1525 <http://emi-office.com>