

健康事業所宣言活動 ヨガ教室 開催報告

令和4年6月23日

令和4年6月18日(土) 13:45～腰痛改善ストレッチ(1部) 14:45～うらかなヨガ(2部)

多くの方にご参加いただき誠にありがとうございました。

先生の心地よいお声と、音楽。アロマの香り・・・心も身体も癒される時間になったかと思います。

今回講師をお願いしました麻衣子先生からも「社員の皆様が、ご自身の体の状態に前向きな関心を持って一生懸命取り組んでいらしたのが大変素晴らしかったですね。」とのお言葉を頂きました。

今回教えて頂いた内容を私生活の中にも取り入れて健康な身体作りの第一歩として頂けると大変うれしく思います。

今後も継続して社員が心身ともに健康に働けるための取り組みを進めてまいります。

※今後は土曜日通常稼働されている冷凍事業部の方々にも多くご参加いただけるように日程を考えたいと思います。

尚、ご意見ご要望がありましたら遠慮なくお申し付けください。宜しくお願いいたします。



当日のスムーズな運営にご協力いただいた皆様、誠にありがとうございました。