

# 「社員の健康で 企業の業績アップ！」

受講料無料  
定員20名

経営者や従業員の体と心の健康習慣づくりは企業活動に大きく影響します。  
コロナ疲れから活力を取り戻すための企業の取り組みも注目されています。  
健康管理の取り組みのステップと成功のポイントをわかりやすくお伝えします！

## プログラム

- ・なぜ今、健康経営なのか？
- ・身体と心が元気であるために。  
栄養の話と職場でできる  
ストレッチング&筋トレ
- ・良好な人間関係を作るには？
- ・仕事にやりがいを持つためには？

※軽い運動をします。動きやすい服装と靴でお越しください。

## 講師

### 池端 裕子氏

株式会社ウエルネスヒロ 代表取締役  
ハッピーファミリーグループ代表

ユネスコ国際ダンス協議会CIDメンバーシップ、  
吹田市ジャズダンス協会副会長、  
健康運動指導士、栄養士、ヘルスケアトレーナー、  
中央労働防災協会心理相談員、  
内閣府認証キッズ・メンタルプロ2級

日本健康運動指導士会本部理事（2007.5～2019.4）日本健康運動指導士会大阪支部理事（2002～2007）を努める。現在4歳児から、93歳まで15の教室で延べ450名のメンバーとジャズダンス、健康・体力づくり運動の指導をしながら、各地で様々な講演、講習会の講師を務める。

令和2年

日時

11月16日（月）午後 2:00～4:00

会場

岡山北商工会 本部会館（岡山市北区御津字垣 1630-1）

参加ご希望の方は、裏面申込書に必要事項をご記入の上、ファクスまたはお電話にてお申込みください。

主催：岡山北商工会女性部 事務局所在地：岡山市北区御津字垣 1630-1

お問い合わせ  
お申込み先

Tel：086-724-2131  
Fax：086-724-2132

<http://okayamakita.jp/>

# 『11/16 社員の健康で企業の業績アップ!』セミナー参加申込書

Fax 送信先 086-724-2132

事業所名		業種	
所在地	〒		
TEL		FAX	
参加者名①		参加者名②	

※本申込書にご記入いただいた情報は、本講座開催に係る各種連絡の他、当会主催のセミナー案内等に利用させていただきます。

## セミナー開催時の新型コロナウイルス感染対策について

新型コロナウイルスの影響拡大に伴い、状況を鑑みて、セミナーの開催を中止・延期させていただく場合があります。中止・延期となる際は、参加者の皆様へ電話などでお知らせするとともに、当会ホームページにてご案内いたします。また、セミナー場では、以下の対策対応を行っております。

- ・席の間隔をできるだけあけて受講できる体制にします。
- ・机、ドア等の清掃・除菌を行います。
- ・入り口にアルコール消毒液を設置します。
- ・体温計を設置します。
- ・運営スタッフがマスク等を着用させていただきます。

**参加者様には、感染予防のため、以下の点にご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。**

- ・セミナー当日は、ご来会前に体調をご確認のうえ、咳・発熱等、体調不良の方は参加をご遠慮下さい。
- ・参加の方は、手洗い、マスクの着用など各自感染防止対策をお願い致します。
- ・状況により、セミナーの途中中断、開催を中止させていただく場合がございます。予めご了承ください。