

熊本県経営者協会

会員 各位

熊本県経営者協会

会長 秋岡 廣宣

熊本県経営者協会・熊本産業保健総合支援センター共催セミナー
「正しく歩くことで、転倒防止！心と体の健康づくり」
～職場や自宅で簡単にできる方法を実践します～
～ウェブ会議システム zoom によるオンライン開催のご案内～

日頃より、熊本県経営者協会の事業にご協力いただき感謝申し上げます。

さて、60 歳以上の雇用者数は過去 10 年間で 1.5 倍に増加しており、これは、特に商業や保健衛生業をはじめとする第三次産業とされています。このような中で労働災害発生率は、高齢層および女性で相対的に高くなり、転倒災害、墜落、転落災害の割合が多くを占めています。

今回の熊本産業保健総合支援センターとの共催セミナーは、昨年度好評を得ました山下亮氏をお迎えし、関節にやさしい歩き方を教えて頂きます。歩くことは、心と身体の健康のために大切です。しかし、歩き方を間違えると膝痛や腰痛につながります。そこで、特に膝や腰に負担の少ない歩き方をお伝えします。また、歩くために必要な筋力トレーニングもお伝えしますので、転倒予防の効果も期待できます。管理職・人事労務ご担当者の方が体得し、社内で実践していただきたく存じます。オンライン開催としますのでたくさんの方にご参加頂きますようご案内申し上げます。

記

開催日 令和 3 年 6 月 2 日(水) 午後 2 時から 3 時 30 分まで

講師 山下 亮氏 (熊本機能病院併設 熊本健康・体力づくりセンター 課長)

会費 無料

以 上

*5月24日(月)までに FAX もしくはメールでお申し込みください。

熊本県経営者協会(FAX 096-359-2806) 宛

(メール:jimukyoku@kumamotokeikyo.jp)

*受付締め切り後にお届けのメールアドレスへミーティング ID 等をお送りいたします。もし、5月28日までに届かない場合は大変お手数ですが、事務局までお知らせください。(電話：096-352-0419)

貴社名	
ご参加者名	
メールアドレス	
当日連絡可能な お電話番号	