



『体調管理も会社経営の要』

～正しい知識を付けて健康的な身体づくり～

報告者 株式会社 斉藤園 斉藤 大介氏 トータルメンタル ほうむ御殿場 関 裕子氏

■ 開 催 …… 2022年6月8日(水) 午後6時30分受付開始

■ 会 場 …… エピ・スクエア 2階エピホール(森の腰)

タイムスケジュール

[午後] 6:30	受付開始
7:00～7:20	例会セレモニー
7:20～8:20	講習
8:20～8:50	運動
8:50～8:55	感想発表
8:55～9:00	総評
9:00～	会場片付

●e.doyu で例会案内を配信しています

e.doyu で回答された方は
FAX 返信は不要です。

●ZOOMにて例会参加が可能です

【ZOOM 参加】を希望される方
e.doyu で配信した例会案内に記載
ZOOMミーティングIDから入室して
ください。

例会説明

今回の例会では健康的な生活について学んでいきます。普段外食が多い経営者の皆さん、どうしても偏った食事をしてしまいます。しかし経営者の健康管理は会社の危機管理になります。“健康”という共通点から正しいダイエットの学習をした斉藤大介氏が健康的な食事をテーマに講演致します。また、普段運動不足の皆様にも、仕事中にもできるストレッチなどを専門家の関裕子氏に教えて頂きます。健康的な生活をして、楽しく経営を行いましょう!!!

当日は運動を行います。動きやすい服装で来てください!

多くの参加をお待ちしています

コロナ感染対策への取り組み

- 会場設営は間隔を開け、十分な換気と備品の消毒に心掛けております。
- 会場へは各自マスク着用でお越しください。
- 受付時に検温・手指消毒・健康チェックシートの記入をお願いします。

<< Fax 返信用 >> _____ FAX 返信先:支部事務所 0550-87-8511

<第446回>御殿場支部6月例会[6/8(水)]出欠回答書 回答期限:5/30(月)

返信お忘れなく。ご協力を・・・!例会に ☐ 出席 ☐ 欠席☐ ZOOM 参加希望 (詳細は e.doyu 6月例会案内参照)

氏名 _____

会社名 _____

(所属委員会を○で囲んで下さい) ①例会実行 ②組織広報 ③総務 ⑤学ぶ会

【7月例会開催日のお知らせ】7月13日(水)スケジュール登録をお願いします