運動不足が健康に悪いことは

以前から言われてきました。

しかし、最近その手前の**「座りすぎ」**

も良くないとわかってきたのです。

明日の健康のため**「座りすぎ」**を

なんとかしませんか。

第　回　健康セミナー

開催日

会 場

内 容　座りすぎの弊害について

対 象　従業員全員

要点をまとめた「座りすぎチラシ」もご確認ください！

健康セミナーに関する連絡先　　担当：　　連絡先：