

健康経営セミナー

『体のスイッチ ON で痛みも脂肪も同時にケア！管理栄養士が教える「美蓄コーチング」』

日時：2019 年 5 月 17 日 13：30～15：00

場所：サンシン電気・東京本社（国内外各拠点へ WEB 配信）

講師：株式会社シグマフードサービス

代表取締役社長・管理栄養士 石井 美帆 氏

サンシン大学 健康経営セミナーの一環として、『体のスイッチ ON で痛みも脂肪も同時にケア！管理栄養士が教える「美蓄コーチング」』が開催されました。

正しい立ち方や、“ほくし”を体験することで、自分の体の痛みや反応を実感することができ、楽しく学ぶことができました。セルフケアの方法を学ぶだけでなく、普段の生活における自分の体との付き合いかたを見直す良い機会となりました。

サンシングループでは今後も健康経営※に力を入れてまいります。

※「健康経営」は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

●セミナー風景

