

# 健康講座『肩こり・腰痛予防セミナー』

日時：2018年08月21日 13:30~14:30

場所：サンシン電気・東京本社（国内各拠点へWEB配信）

講師：株式会社バックテック代表・理学療法士 福谷直人氏

サンシン大学の一環として、株式会社バックテック代表・理学療法士 福谷直人氏を講師にお迎えし、健康講座『肩こり・腰痛予防セミナー』を開催しました。

肩こり・腰痛になりにくいデスク環境の整え方や簡単に出来るストレッチ、ぎっくり腰になった際の対処法なども教えていただき、仕事でもプライベートでも大変役立つ講義内容でした。質疑応答も活発に行われました。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

