

# 「からだの歪みすっきりセミナー」を開催しました

7月20日(土)に組合員及び被扶養者を対象に「からだの歪みすっきりセミナー」を開催しました。姿勢測定システム「ゆがみーる」で骨格や骨盤の歪みを測定した後、健康運動指導士の宮川 誓氏による姿勢・歪みに関する講義やストレッチを行いました。

本セミナーには定員を超えるご応募をいただき、皆さまの健康への関心の高さがうかがえました。今後も健康管理に役立つセミナーを開催しますので、ぜひご参加ください。



受講者の声

姿勢パターンや症例が  
当たっていて  
驚きました。



自分の体を科学的に分析して  
いただき、客観的にみる  
ことができ、良かったです。



実際に体験できて良かった。家で  
できるストレッチが知れたので、  
がんばって続けたいです。

