

人材育成セミナー



一般社団法人
富山県情報産業協会
TOYAMA INFORMATION INDUSTRY ASSOCIATION

リモートワーク時代における心と体の健康増進

【開催概要】

1. 開催日時 2024年11月27日(水) 15:30~17:15 (受付:15:00~)
2. 開催場所 タワー111ビル 21階会議室
富山市牛島新町5-5 <http://www.skyintec.co.jp/tower111/index.html>
3. 内容 **★Webでの参加も可能です。**
～リモートワーク時代における心と体の健康増進～ ※当日、一部内容が異なる場合があります
・在宅ワークなどで座り仕事の多い方の運動不足解消
・肩こりや目の疲れなどから解放され、誰でも継続できるストレッチ
・身体共に健康を保ち、生産性の高い仕事をめざす健康促進
4. 定員 会場50名 ※Webでの参加を希望された方は、後日、参加URLを送付いたします。
5. 参加費用 無料
6. 申込方法 <https://www.tiia.or.jp/event/900/>
7. 申込締切 2024年11月22日(金)
8. 問合せ先 一般社団法人 富山県情報産業協会 技術・研修委員会
事務局: 宮島 e-mail: miyaiima_hiroyuki@koushi-intec.co.jp
室谷 e-mail: info@tiia.or.jp



【スケジュール】

- 15:00~ 受付開始
- 15:30~15:35 開会のあいさつ
- 15:35~17:05 **リモートワーク時代における心と体の健康増進**
株式会社アピアスポーツクラブ
健康運動指導士 前田 昌宏(まえだ まさひろ)様
- 17:10~17:15 閉会のあいさつ



来場者に
特典あり!!

【会場へのアクセス】

※お車でのお越しの場合は会場近くの
「タワー111パーキング」をご利用下さい。
駐車券をお持ちの上で会場にお越し頂き、
受付にて無料駐車券をお渡しします

