

N2職員 運動習慣づくりキャンペーン 実施しました

2024年10月7日に職場の健康づくりの一環として運動イベントを実施しました。

内容： ①盛田健康運動指導士による運動実技指導
②InBodyでの体組成測定（筋肉量・体脂肪量）
トヨタ学習会で実施している体カテスト

各課よりご参加いただき、ありがとうございました。
気持ちよく体を動かし、皆さんと楽しい時間を過ごしました。

健康づくりとして、ぜひ運動習慣を身につけましょう！

