

肩こり・腰痛対策セミナーの開催について

組合員を対象とした肩こり・腰痛対策セミナーを以下の日程で開催します。

令和4年9月13日（火） 13時30分～15時30分（13時より受付開始）
マリンパレスさぬき 2階「瀬戸」

日常生活の中で、気軽にできるストレッチングをご紹介します。

ストレッチングは「疲れるもの」ではなく「疲れを癒すもの」です。

当日は、新型コロナウイルスの感染予防に十分配慮して開催しますので、この機会にぜひご参加ください。