

Work waku



Vol.12

腰痛予防体操始めます

今年度の目標として「健康で働き続けられる職場環境の構築」を挙げています。その取り組みの1つとして先日の病院忘年会で腰痛予防体操を披露させていただきました。今後は腰痛予防体操が日々継続できるようなプログラムの構築をし、伝達講習を予定しています。



仕事をするのも、何をするのも体が資本です。

健康で働き続けられ、充実したプライベートが送れる

よう自らの体のケアを行っていきましょう。

次回は外来にお邪魔します。