



2026年1月 全体会議Report



今月の内容

健康経営話題提供◎水処理管理課より
【自己管理による腰痛予防】



発表者は、背骨の軟骨の減りにより2~3日休むことがあったため
ぶら下がりにより背骨の伸ばし曲がり直しの目的にて実施。10年前頃より自宅にて1分程度毎日するようになってから腰痛は解消したそうです。

会社にぶら下がり健康器が1台あると便利と提案したところ置いていただけることとなりました！

その他、今月も各部署から現状の問題点、情報共有事項、提案、報告事項等があり活発な議論が交わされました。



これからも健康に関する話題提供を各課で続けていき
自分事として感じていただけるように発信して
参ります！

