

# 動きすぎ？動かなすぎ？ 健康管理のポイントとなる 作業負担と身体活動



高齢者や女性などにも活躍してもらうために作業負担を軽減したい！

しかし、動かなすぎるのもよくないらしいぞ？！

この矛盾。うーむ？ 会社は何をしたらいいの？

最近の研究成果や取り組み等も交えながら、解決策を探ります！

講師：石井賢治（大原記念労働科学研究所研究員）

日時：2020年10月22日（木） 18:30～20:10

オンラインツールはZOOMを使用します。

※ZOOMの設定は、参加される方ご自身でお願いします  
食事を取りながらの参加も歓迎です。

参加費：無料（事前申し込み制）

参加方法：当所のWEBサイト (<https://www.isl.or.jp>) よりお申込ください。

(Home>>提供サービス>>セミナー・イベント)

申込の際に記入いただいたメールアドレスに、オンライン参加のための  
アクセス情報（ZOOMのID、パスワード、URL）をご案内します。

※開催2日前までに、ご案内が届かない場合は「お問い合わせフォーム」から  
お問い合わせください。

