

Seminar1 10:00～11:15

## 効果的な睡眠で仕事力向上

～あなたが考える睡眠とリアルな睡眠～

講師：株式会社ACCELStars

執行役員 飯田 悠祐 氏



Seminar2 13:30～14:30

## 朝食改革でパフォーマンスアップ

講師：株式会社明治

広報部 小峰 佑美 氏



健康にアイデアを

**meiji**

Seminar3 15:00～16:00

## 運動で解決！

## ストレス管理と不調改善

講師：東急スポーツオアシス企画

株式会社RUMERAKIA 田中 咲百合 氏



TOKYU SPORTS  
**OASIS**

**2023/11/10(金) 10:00～16:00**

- 会場 〒107-0051 東京都港区元赤坂1-3-13  
アットビジネスセンターサテライト 赤坂見附  
東京メトロ 銀座線・丸の内線「赤坂見附」徒歩4分  
東京メトロ 有楽町線・半蔵門線・南北線「永田町駅」徒歩5分
- 定員 会場(100名様)、Zoomオンライン(200名様) (各テーマ毎の人数)
- お問合せ ウェルネス・コミュニケーションズ株式会社 みんなの健康支援チーム  
✉ shienteam@wellcoms.jp ☎ 03-5544-9898

来場者には素敵なノベルティをプレゼント

& 抽選でアマゾンギフト券が当たるチャンス！



■申込みはコチラ■

みんなの健康支援セミナー  
2023 beginning