

腰痛予防セミナー開催（沖縄）

7月22日（月）18：00～19：00、JTA本社の会議室にて、腰痛予防セミナーが開催され、13名が参加されました。7つのクイズからはじまり、かなり難しい？〇×クイズに答え、楽しみながら前半が終わりました。後半は腰痛予防の実践を行いました。

終わった後は、肩が軽くなった方や、気持ちが前向きになった方もいらっしゃいました。

（株式会社JAL JTAセールス リーダー 前城美琳さん サブ 長間幸恵さん）



毎日ラジオ体操も行っています

弊社では5月最後の週から、毎日15：00よりラジオ体操を行っています。普段パソコンに向かって仕事している時間が長く、気がついたらもう退社時間になり、首や肩がパンパンという声が多くありましたので、改善策としてラジオ体操を始めました。

（株式会社JAL JTAセールス 前城さん）