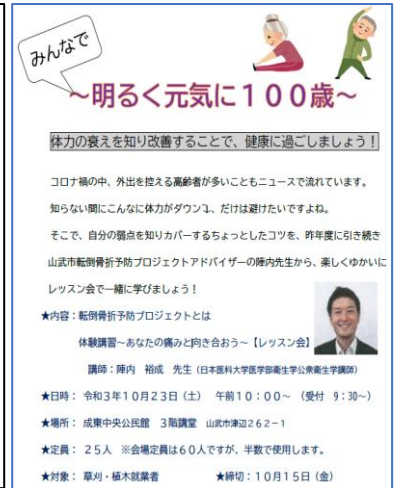


# 陣内先生による対処法レッスン会が開催されました！



日時：令和3年10月23日（土）午前10時～12時

場所：成東中央公民館 3階講堂 参加者：26人

講師：陣内 裕成先生（日本医科大学衛生学公衆衛生学講師）

内容： ○先生から見た草刈就業の状況について（実際の作業現場を視察）



○作業をすることによって起きる、猫背・前かがみ姿勢とその対処法について

2つの“これだけ体操”をみんなで実践

○「ワークショップ」5つのグループに別れて、作業の進め方等について話し合い

その結果を、それぞれに報告

●作業前・作業中（休憩時等）に、これだけ体操を取り入れる！

↓今後、安全委員会から、皆さんにお知らせしていきます。

ぜひ取り入れて、ご自身の身体のメンテナンスにご活用ください。

