

／ オフィスでも自宅でも！ ／

すぐに実践できる 眼精疲労・肩こり 頭痛解消法



1月25日(木)15:00-15:30

参加費：無料

開催方法：ZOOMウェビナー

申込方法：下記QRコードor URL



講師：山本 純志郎
理学療法士

ちょっとした工夫で、スッキリ！！

PCやスマホなど現代は眼精疲労を起こしやすい要因が沢山あります。デスク環境の工夫やほんの少しの意識で快適に過ごしませんか？たった20秒でできる解消法や、眼精疲労からくる肩こり・頭痛対策など盛り沢山でお届けします！

▼お申し込み



こんな人にオススメ

- ☑夕方になると目が乾く
- ☑長年肩こりが続いている
- ☑天気によって頭痛になる
- ☑快適に仕事できていない

お申し込みリンク



【問い合わせ先】

azbilグループ健康保険組合
kenshin@azbil.com



上記方法でお申し込みができない方はこちらのURLからも可能です

URLhttps://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_oLt5aYuNQDuu7bcSCeCuVQ#/registration