UNIJO（ユニ女@中国支部）企画
明日　楽しく仕事するために

ユニシス研究会セミナー

笑顔で働くための心とカラダのトリセツセミナー

～自分と自分の大切な人のための体調管理～

女性・男性特有のカラダの悩みを知り、自ら体調を管理することは、従業員だけでなく企業にとっても重要なこと。「健康」を後押しすることは、仕事の生産性や成長につながります。
女性も男性も、笑顔でイキイキと働き続けるために『今すぐ使える身体ケア』を学ぶ、
今すぐ役立つセミナーです。

講師　長野　弥生（ながの　やよい）

ちぇぶら認定更年期ライフデザインファシリテーター
ボディバランスエクササイズ指導者
日本体育協会公認スポーツ指導者
日本タッチケア協会認定講師
1968年生まれ　東京都世田谷区在住　２人の子供を持つ
子育てが一段落した10年前から、肩凝り腰痛改善のためボディバランスエクササイズを始めたところ半年ほどで効果が現れ改善される。自分の実体験から身体と健康に興味を持ち、8年間のボディバランスエクササイズアシスタントを経て講師となる。43才頃から更年期症状を感じ始めるが、文字通り『やり過ごしていた』ところ『ちぇぶら』と出会う。正しい知識を得た事でこれから先の人生を前向きに捉えることが出来るようになる。
『自分の身体の声を聞く』
更年期について正しい知識をお伝えする事で、ご自分だけでなく家族やまわりの方の笑顔が増えることと思い活動中です。

セミナー内容

①自分と自分の大切な人のための健康管理の方法
　女性・男性特有のカラダの悩み，健康について理解しましょう。
②楽しい講座でコミュニケーションを！
　女性・男性によくあるトラブルを改善する体調管理（エクササイズ）の方法を実践。

開催日時　2020年1月22日（水）　14：00～16：30　（13：30より受付開始）

開催場所　広島国際会議場　地下2階　小会議室「ラン」
広島市中区中島町1-5　電話082-242-7777

参加費　会員：無料　　非会員：500円（テキスト代）

お申込　WEBもしくはFAXにてお申込ください
URL:https://evesys.unisys.co.jp/public/seminar/view/3477

お問合わせ先　ユニシス研究会中国支部　ユニ女企画事務局担当　古川
tel:082-577-8718　fax:082-247-5933　e-mail：naoko.furukawa@unisys.co.jp

ユニシス研究会中国支部事務局　行　（日本ユニシス㈱中国支店内　）

ユニ女企画　２０２０年１月２２日　セミナー　　**FAX専用申込書　FAX:　082-247-5933**

【個人情報のお取扱いについて】（お申込みの前にご一読ください）
ご記入いただくお客様の個人情報は、
（1)日本ユニシス株式会社及び日本ユニシス株式会社グループ企業が、
①本セミナーに関する連絡・確認のため、
②今後開催するセミナー等の内容やサービスの向上を図るため、
③製品・サービスに関する情報提供、イベント・セミナー等のご案内のため、
（2)ユニシス研究会が上記①及び②、並びにイベント・セミナー等のご案内のため
に利用させていただきます。

お客様の個人情報については、日本ユニシス株式会社「個人情報保護基本方針(https://www.unisys.co.jp/privacy/) 及び
ユニシス研究会「個人情報保護基本方針(https://www.yuni-ken.gr.jp/privacy.html) 」に従い取扱うものとし、適切な管理と必要な保護を行います。
ユニシスグループ及びユニシス研究会の個人情報に関する取扱いについてご同意いただき、お申込みいただく場合は、下記の「個人情報の取扱いに同意して申込む」欄のチェックをお願いします。

個人情報管理者：日本ユニシス株式会社　中国支店長　澤本　健志

□ 個人情報の取扱いに同意して申込む

＊日本ユニシスグループ企業については、当社のホームページ（https://www.unisys.co.jp/com/group.html ）をご覧下さい。

［個人情報に関するお問い合わせ
苦情のお申し出先について］

〒730-0051　広島市中区大手町2-7-10　広島三井ビルディング
日本ユニシス株式会社中国支店　ユニシス研究会 中国支部事務局
電話番号：050-3132-3137　E-mail：juua-chugoku-info@unisys.co.jp

上記 「個人情報の取扱いに同意して申込む」 にチェックをお願いいたします

お勤め先	フリガナ
お勤め先 住所	〒　　－

お名前 E-Mail	フリガナ	（E-mail）
所属部署 役職名	（所属）	（役職）
TEL FAX	（TEL）	（FAX）
お名前 E-Mail	フリガナ	（E-mail）
所属部署 役職名	（所属）	（役職）
TEL FAX	（TEL）	（FAX）
お名前 E-Mail	フリガナ	（E-mail）
所属部署 役職名	（所属）	（役職）
TEL FAX	（TEL）	（FAX）