

平成 30 年度健康ひょうご 21 県民運動阪神南会議総会・研修会

日時：平成 30 年 7 月 19 日(木)13:30~16:00

場所：尼崎商工会議所 701 会議室

総 会：開会あいさつ、来賓役員紹介、議事

研修会：健康体操・ポータルサイトの紹介、唾液アミラーゼストレスチェックの実施

講演「今日から始めるアクティブライフ」



開会あいさつ 大江会長



成岡センター長あいさつ



講演「今日から始めるアクティブライフ」

講師：山口泰雄氏



メンタルストレス度測定実施の様子



ストレッチチューブゴムを使用した体操の紹介