



茨城県小売業+SAFE協議会主催

茨城ロボッツチームコーチによる実演付き講演会

# 職場で実践する健康体操

～転倒・腰痛災害等を予防するために～

参加費無料

講師 茨城ロボッツ  
ストレングス&コンディショニングコーチ  
大塚 健吾

電子メールでの申込は裏面をご覧ください

※終了後の当日夜、茨城ロボッツの試合を観戦することもできます。



場所 アダストリアみとアリーナ  
(水戸市緑町2丁目3-10)  
日時 令和6年2月7日  
午後2時00分～3時00分  
対象 経営者、幹部職員、管理者  
産業保健スタッフ、労働者等  
定員 30名(先着順)  
内容 職場における転倒や腰痛災害予防のための健康体操の実演付き講演  
申込方法 インターネット又は電子メール

インターネットからの申込はこちら



# 職場で実践する健康体操参加申込書（電子メール用）

（本申込書はPDF化してメールに添付し、以下送付先に送信の上、当日持参してください。）

## 送付先

茨城労働局 健康安全課

（メールアドレス：kenkouanzenka-ibarakikyoku@mhlw.go.jp）

氏名	
年齢	
職種	例：経営者、役員、事務職、営業職、販売職等
電話連絡先 (メールアドレスでも可)	
その他	従業員の災害防止や健康管理に関して相談したいことや体操に関する希望などがあればご記入ください。

- (注1)当日は体操がしやすいよう動きやすい服で来てください。素足で参加となりますので、ヨガマット・バスタオル等があるとより良いです。
- (注2)当日は撮影を行います。講師が中心となりますが、ユーチューブの配信などで動画を使用しますので予めご了承ください。
- (注3)30名の先着順での募集となります。定員に達した場合には参加できない場合もありますのでご了承ください。またその際は上記電話連絡先等に連絡いたします。
- (注4)会場までのアクセス(1)車の場合①会場付属駐車場は完全事前予約制(インターネット駐車場予約サービス『akippa(アキッパ)』)で料金1,300円、②無料駐車場は会場から徒歩20分のところに借楽園との共用無料駐車場があります。(満車の場合ご利用いただけない場合もございますのでご了承ください。)(2)公共交通機関の場合 水戸駅からバスで「東原一丁目」停車場徒歩5分他
- (注5)問い合わせ先 事務局 茨城労働局 健康安全課 029-224-6215

## 茨城県小売業＋SAFE協議会

(参加企業・団体)

(株)ケーズホールディングス、(株)カスミ、茨城県、茨城県商工会連合会  
茨城県中小企業団体中央会、(一社)日本労働安全衛生コンサルタント会

事務局 茨城労働局

