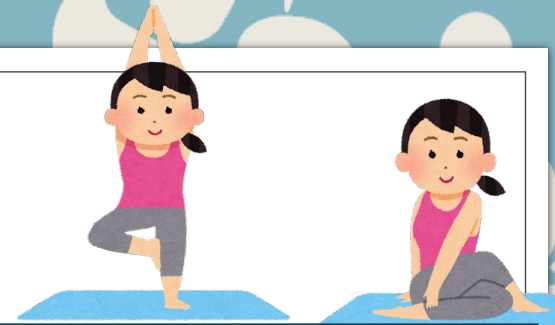


働く世代の女性のための

# 職場訪問 エクササイズ事業



申込締切 11月30日（木）

- ☆1回目：月経前症候群（PMS）予防・便秘改善  
⇒12月13日（水）15：00～15：30
- ☆2回目：更年期障害予防  
⇒12月19日（火）15：00～16：00

【会場：大学会館 4階 会館ホール】

※動きやすい服装でお越しください。

※2回参加された方は、東急スポーツオアシスのスポーツクラブを無料で利用できます。（条件があります）1回だけの参加もOKです。

お申し込みは  
こちらから↓



神奈川県が実施する「職場訪問エクササイズ事業」を活用して、体の不調の改善に効果的なヨガ・ストレッチ等の運動プログラムを女性教職員に提供します。

（提供企業）東急スポーツオアシス

（お問い合わせ先）ダイバーシティ戦略推進本部男女共同参画部門 [sankaku.jimu@ynu.ac.jp](mailto:sankaku.jimu@ynu.ac.jp)