

雇用 管理研修会

斜面での作業や、
パワーのある機材を
操作する林業の仕事では、
知らないうちに身体に
負担がたまりがちです。

この講座では、
筋トレとストレッチを
みんなで一緒に行いながら、
疲れにくく、ケガをしにくい
身体のつくり方を学びます。

毎日の作業が少し楽になる
トレーニングをいっしょに。

※動きやすい服装・タオル・水分を
ご持参ください。

林業現場のための 身体づくり講座

一軸・動作・集中力を通じた安全性と定着の向上へ

2/13 金 10:15-12:00
受付 10:00~

会場 林業アカデミーふくしま



講師 茂木 恵一郎 氏 プロバレエダンサー



主催・(公社)福島県森林・林業・緑化協会
労働力確保支援センター

