

エントリーNo.3

「ヨガ体験で健康経営」

公益社団法人松阪法人会／三重県連

公益社団法人松阪法人会



歩け歩け大会



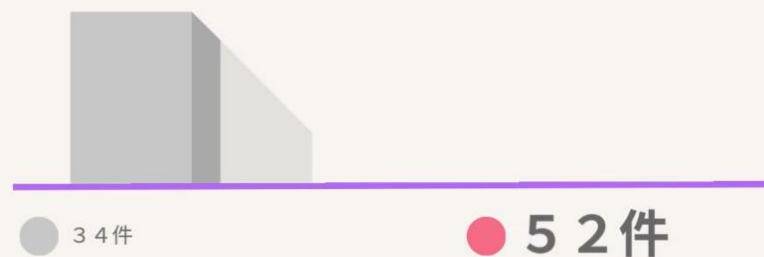
28年間継続開催

100%
達成

健康経営宣言書 提出

2024年

2020年



「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表





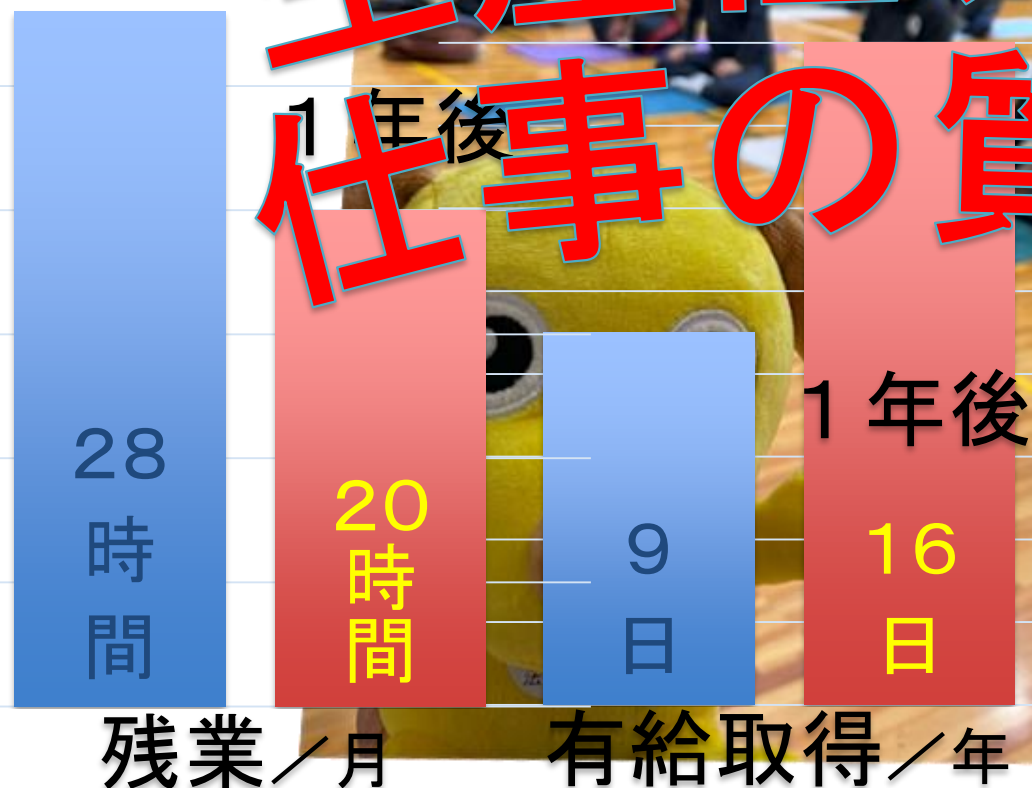
「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表



合間に実践！！

M社 1年後の結果

生産性アップ
仕事の質向上



みえ松阪マラソン

女性部会の取組





松阪法人会

歩け歩け大会に167人

久々、まちなかで開催

公益社団法人松阪法人会（岩間弘会長、1476社）が28日、松阪市外五曲町の鈴の森を起点に第27回歩け歩け大会を開催し、167人が参加した。殿町の松阪公園（国史跡松坂城跡）を経て旧市街地、旧参宮街道を巡る「まちなかウォーキング」。社会貢献事業の一環で市民に参加を呼び掛け、例年は郊外の田園風景の中を歩くことが多いが、十数年ぶりに「まちなか」へと繰り出した。松阪歩こう会（澤村茂会長）と嬉野歩こう会（山本会長）の参加も目立った歩け歩け大会。殿町の松阪公園で

その後、二十数人グループに分かれ、

健康経営事業でヨガ

松阪法人会 経営者から率先して
青年部会



ヨガの基本ポーズを指導する中川講師（左）と青年部会員ら。立野町の三十三銀行アリーナで。松阪法人会青年部会でも、その方針に沿って健康経営事業に乗り出した。「まずは経営者から」と部会員がヨガを体験することになった。開会に当たって湊部会長（48）が「きょうは体を動かして、メンタルも癒やされるヨガを体験します。ヨガを通じて今後、会社で行事として、体を動かす流れになれば」とあいさつ。同部会厚生委員会の松崎勲会長の協力を毎年秋に開催してこの日も松阪歩こう会から澤村会長（78）ら、嬉野歩こう会から岡久顧問（88）ら28人加した。シヨートコは約3キロ、ロングコは例年よりやや短め5キロを歩いた。晴天に恵まれた日、鈴の森での出発。岩間会長（69）は「三フィナンシャルグループ代表取締役会長「終わった後の抽選楽しみに半日通っただければ」とあいさつ。松阪歩こう会の澤村会長が準備体操を指導し「お城にも登ります。単に散歩のように引いて歩かないで、かたを上げて、太ももを、しっかりと歩いてみましょう」と助言した。

元気で躍進
地域経済

子どもたちが集まる橋 安心して渡れる橋 次世代へ繋げていける強靱な橋

