

令和3年4月7日(水)

今年1月に設立された 能美市ヨガ協会よりインストラクターをお招きし、「出張オフィスヨガ教室」体験をしました。

多くの女性社員が1時間のヨガ体験に参加し、みんな十分にリラックスし日頃の運動不足やストレスを解消していました。

共に仕事をしている仲間と、同じ空間でリラックスできたことで一体感も感じられよかったです。

