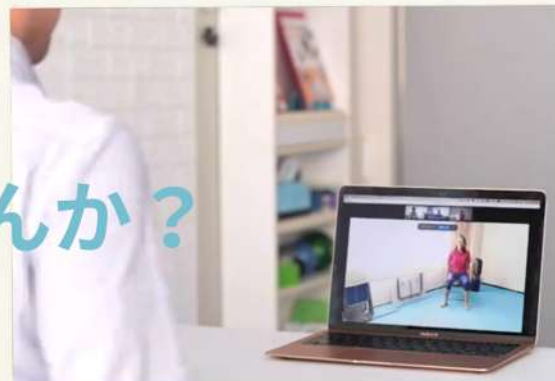


＼毎日たった5分で驚きの効果！／

# 職場でオンライン トレーニング始めませんか？



私たち講師と一緒に  
トレーニングします！  
気軽に無料体験  
お申込みください。

株式会社広島元氣いっぱいプロジェクト  
代表取締役 岩崎 浩美

私たちのビジョンは  
「笑顔と元気で心豊かな社会に貢献する」

多くの企業様に導入いただいています。

KOKUYO  広島森永乳業(株)

KTBK  寿木工  SYSTEM FRIEND

五十音順に掲載しております。

## Customer's Voice お客様の声

健康に関するアンケートをとったことが、オフイトレ®導入のきっかけとなりました。

そのアンケート結果によると、肩こりや眼精疲労を訴えている社員が約80%、これは生産性低下や仕事の質の低下といった悪影響を及ぼしかねず、その課題解決策のひとつとしてオフイトレ®を導入しています。オフイトレ®を導入してから、身体の動かし方を知ったことで、自分自身で身体を動かす習慣がついた、というのが一番ですね。オフィス全体の意識の変化を感じています。

(コクヨ株式会社 ワークプレイス事業本部 販売マーケティング部 三浦寛郎 様)

## こんな効果が実証されています!!



 オフイトレ®  
その場ですぐやる！「カラダ+脳」の数分間トレーニング

 remote オフイトレ  
テレワーク時代に対応する健康経営

 オフイトレ®  
その場ですぐやる！「カラダ+脳」の数分間トレーニング

 remote オフイトレ  
テレワーク時代に対応する健康経営

 オフイトレ®  
その場ですぐやる！「カラダ+脳」の数分間トレーニング

 remote オフイトレ  
テレワーク時代に対応する健康経営

お申込み  
お問合せ

株式会社 広島元氣いっぱいプロジェクト  
Office&Studio  
〒731-0144 広島県広島市安佐南区高取北1-4-30サンビル4

082-848-6469  <http://offitra.jp/>

体験は申込フォームより(所要時間1分)

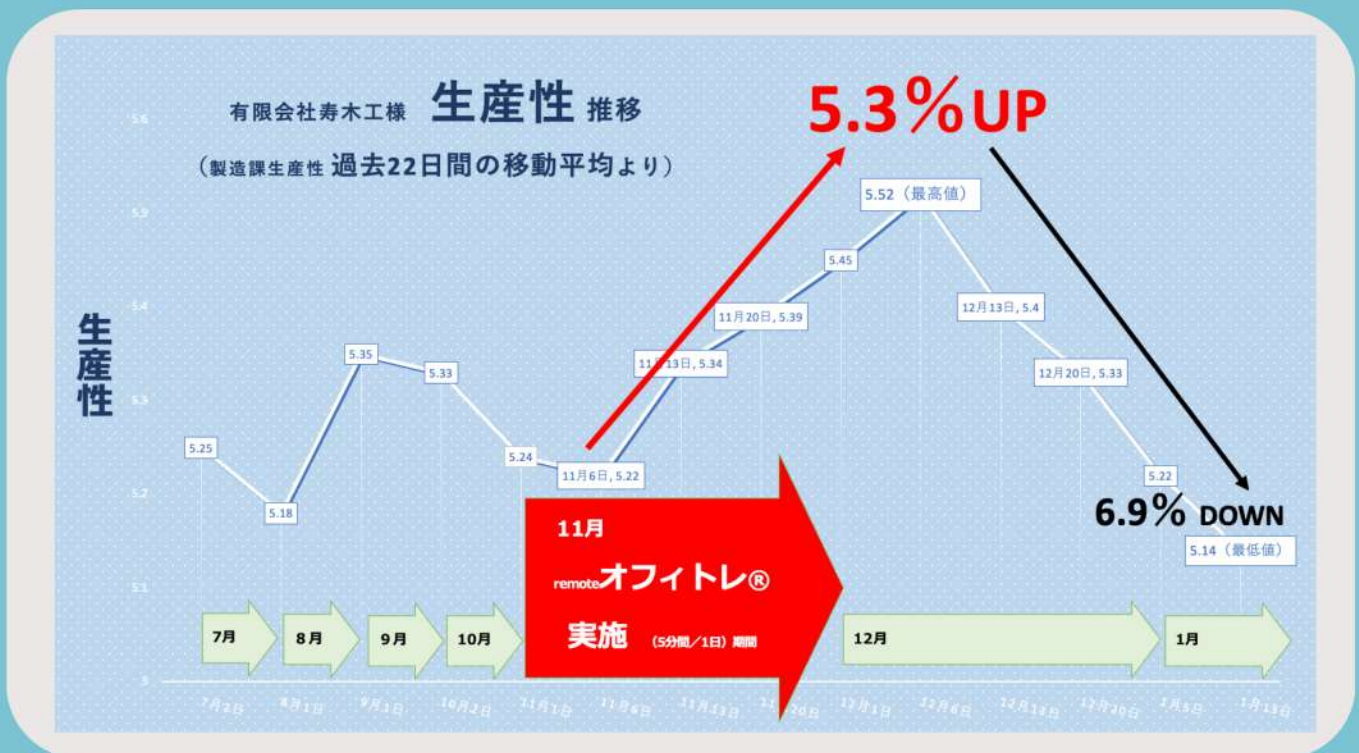


\職場で、5分間のトレーニングをする！/\

オフイトレ®をやるだけで、

毎朝 たった5分だけで、1時間に1人あたり、5.24個から、5.52個作れるようになり

生産性が上がりました！



Customer's Voice  
お客様の声

KTBK 有限会社 寿木工

有限会社寿木工 代表取締役 住岡和美様より

1ヶ月間、毎日の朝礼後の5分間 remoteオフイトレ®を体験しました。

社員が前向きに取り組んでくれるか不安があったので1週間の予定で始めましたが、1ヶ月に延長することも社員が了承してくれて継続となりました。オンラインであっても、ライブで直接指導をしてくれるので、社員のモチベーションやテンションが上がっているのを感じました。寒い時期でも身体が温まり、肩や腰もほぐれ、二人組や声を出すプログラムでコミュニケーションも取れるので会社の朝礼にピッタリでした。

お申込み  
お問合せ

株式会社 広島元氣いっぱいプロジェクト  
Office&Studio  
〒731-0144 広島県広島市安佐南区高取北1-4-30サンビル4

☎ 082-848-6469 地球 http://offitra.jp/

体験は申込フォームより(所要時間1分)



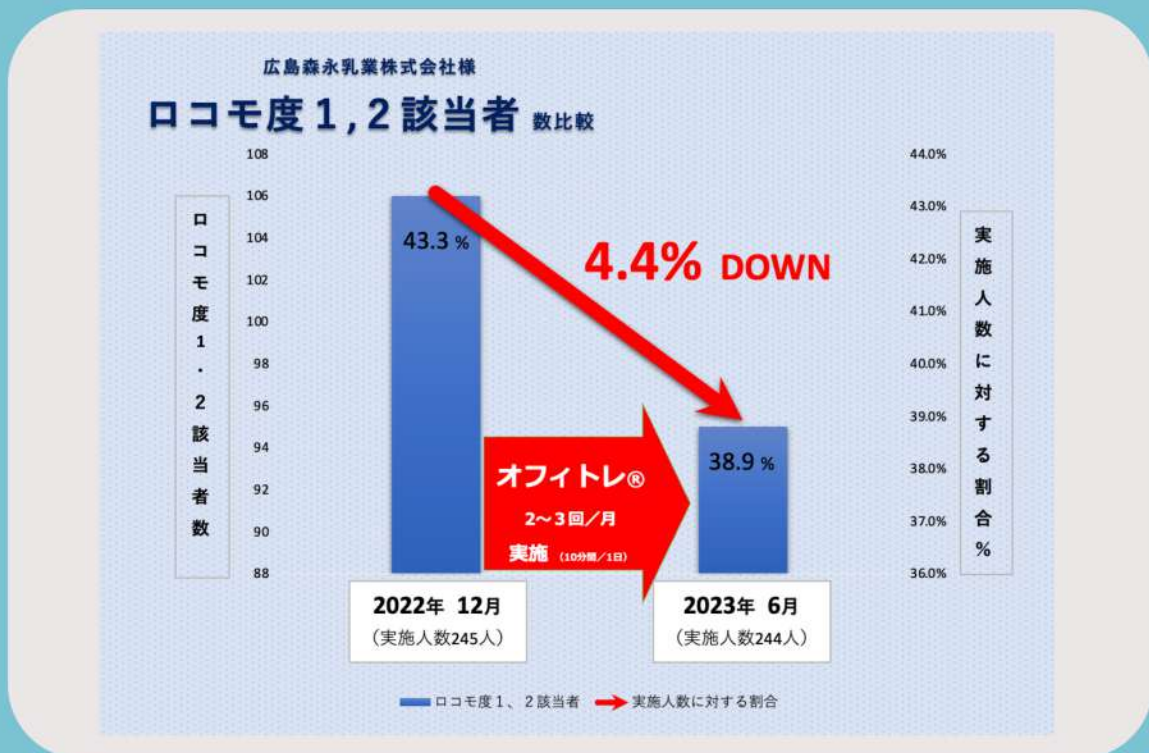


「職場で、10分間のトレーニングをする！」

# オフィトレ®をやるだけで

厚生労働省ロコモ度1、2の該当者が、43.3%(106人)から、38.9%(95人)に減少し、

## ロコモの該当者が減少しました！



### Customer's Voice お客様の声

広島森永乳業(株)

広島森永乳業株式会社 課長代理 佐渡直美様より

立ち仕事や同じ体勢での作業で腰痛などに悩まされる従業員がいましたが、継続して行うことで、腰痛や肩こり、目の疲れなどの身体の不調が改善されたという声が多く聞かれます。さらに、ロコモ診断対象者数も減少しました。従業員の筋力や柔軟性が向上し、転倒災害のリスクが低下していると考えます。楽しく運動することがストレスの軽減や心の健康にも良い効果をもたらしていると感じています。短時間で気軽に参加できるため、従業員は仕事の合間にリフレッシュすることができます。これにより、集中力や生産性の向上につながっています。従業員の健康づくりに多大な貢献をさせていただいているので、これからも長く続けていきたいと思っています。

お申込み  
お問合せ

株式会社 広島元気いっぱいプロジェクト

Office&Studio

〒731-0144 広島県広島市安佐南区高取北1-4-30サンビル4

☎ 082-848-6469



<http://offitra.jp/>

体験は申込フォームより(所要時間1分)

