

平成30年8月31日

各 位

会 社 名 株式会社マースエンジニアリング
代表者名 代表取締役社長 松波 明宏
(コード番号6419 東証第1部)
問合わせ先 取締役常務執行役員 佐藤 敏昭
電 話 番 号 0 3 — 3 3 5 2 — 8 5 5 5

「ヨガセミナー」開催

当社は、健康経営の一環として、株式会社ぜん（東京都目黒区青葉台2-20-14、代表者 尾崎成彦）からインストラクターをお招きして「ヨガセミナー」を、平成30年8月28日（火）に当社本社ビルにて開催いたしましたので、お知らせいたします。

当社は、平成30年2月20日、経済産業省及び日本健康会議が認定する健康経営優良法人認定制度において、「健康経営」に取り組む優良な法人として、大規模法人部門で「健康経営優良法人2018（ホワイト500）」に認定されました。

今回、社員の健康増進への新たな取り組みとして、オフィスワーカーの悩みの種である「肩こり・腰痛」に効果があり、リラックス感を得られる、初心者向けの60分間のヨガセミナーを開催しました。全社員を対象に参加希望者を募り、内勤者を中心に本社近郊拠点21名、その他の拠点11名（テレビ会議にて実施）の総勢32名が参加しました。

初めてヨガを体験する社員が大半でしたが、インストラクターの丁寧な指導のもと、ゆっくりと身体がほぐれていく気持ちよさを感じることができました。セミナー終了後、参加者からは、「リフレッシュできた」「自身の身体の状態について再考する良い機会になった」「違うテーマでもやってみたい」など、定期的な開催を望む声が多く寄せられました。

当社は今後も、「健康経営」に関する取り組みを積極的に提案し、社員の心身の健康維持・増進を支援してまいります。



<株式会社ぜん 会社概要>

平成15年12月設立。ヨガ・ピラティスの専門スタジオ約100か所を展開。心と身体の健康を社会に届けることをミッションとして運営しており、健康経営に取り組む企業を応援している。

以 上