

ウォークビズ
はじめました。

WALK BIZ

ウォークビズは、健康づくりのため歩きやすい靴などを選んで通勤、就業するスタイル。革靴やハイヒールの代わりにスニーカーを履いたり、手提げカバンもリュックや斜めがけに替えれば、通勤や外回りがちょっとした運動に早変わり。こころとあたまのリフレッシュにもつながります。あなたもいっしょに、「ウォークビズ」をはじめましょう。



職場チャレンジ! ウォークビズ宣言

職場の仲間と取り組む目標を決めよう!

毎週水曜日はお昼休みに20分、
ウォーキングします!



ウォークビズ
はじめました。

WALK BIZ

ウォークビズは、健康づくりのため歩きやすい靴などを選んで通勤、就業するスタイル。革靴やハイヒールの代わりにスニーカーを履いたり、手提げカバンもリュックや斜めがけに替えれば、通勤や外回りがちょっとした運動に早変わり。こころとあたまのリフレッシュにもつながります。あなたもいっしょに、「ウォークビズ」をはじめましょう。



職場チャレンジ! ウォークビズ宣言 !

職場の仲間と取り組む目標を決めよう!

毎週水曜日はお昼休みに20分、
ウォーキングします!



FUN+WALK