

サブスク会員  
募集中  
月額1500円



♪健康の三本柱は運動・食事・睡眠♪

個人様向け



2023  
健康経営優良法人  
Health and productivity  
ブライツ500

# ベネフィットDr.



パートナートレーナー マインドフルネスヨガ、他 理学療法士、ストレッチ他 ヨガ、美尻美姿勢、他 ボクササイズ

◎多種多様なコンテンツのそれぞれのスペシャリストによる  
30分のオンライン&動画レッスンを毎月定額にてご提供！

- ・ストレッチ
- ・ヨガ
- ・姿勢改善
- ・ボクササイズ
- ・体操
- ・美姿勢・美脚
- ・美尻
- ・インナーマッスル
- ・腰痛予防
- ・頭痛対策
- ・肩こり予防
- ・足指鍛え
- ・冷え予防
- ・マインドフルネスヨガ など多種多様

- ◎健康コラムで様々な健康情報を発信
- ◎理学療法士による食事に関するアドバイス
- ◎健康でバランスの取れるお店のご紹介
- ◎マインドフルネスやメンタルヘルスに関する情報発信

私たちのSDGs



【お問合せ・お申込み先】株式会社 MURATA  
健康経営ワンストップサポート ベネフィット Dr.

茨城県水戸市酒門町 4242

Email: murata-kenkou@murata-group.jp



健康経営優良法人認定取得までワンストップでサポート!!

企業様向け

健康経営の  
ことなせを!  
おまかせを!



従業員の健康を第一に!!



# ベネフィットDr.

=認定サポート+運動+食事+睡眠

働き方改革のポイントはずばり「健康経営」です。企業にとって「労働力の確保」や「生産性の向上」が経営課題となっている今、「健康経営」の重要性が非常に高まり、注目されています。

「健康経営」とは従業員の健康管理を経営的な視点で考え、課題としてとらえ、戦略・計画的に取り組む経営手法です。

でも「健康経営」って一体何?具体的に何から始めてみたらいいの?という場合は、ぜひ弊社におまかせください!

経済産業省 健康経営優良法人の認定要件に沿って、従業員の心と身体の健康づくりに関する具体的な対策として、「運動機会の増進に向けた取り組み」や「食生活の改善に向けた取り組み」などの実施を増進するプログラムと、様々な情報を用意しております。

## ◆健康経営優良法人認定取得ワンストップサポート◆

企業様の状況やご希望に沿って認定取得を目指してワンストップでサポートいたします。また、福利厚生 of 充実に役立つお手伝い致します。

※もっと詳しく知りたいという方は右の QR コードをクリックしてください→

※公式 LINE+HP にて健康情報発信中です!

お友達登録募集中!

※お見積り致しますのでお気軽にご連絡ください



【お問合せ・お申込み先】株式会社 MURATA  
健康経営ワンストップサポート ベネフィット Dr.

茨城県水戸市酒門町 4242

Email: murata-kenkou@murata-group.jp

