

オンライン開催

正しい睡眠で解決しませんか？

睡眠 セミナー

仕事中に感じる眠気…

所要時間 / 30分

3/25 月
～
4/25 木

▼セミナー内容

- ✓ なぜ、睡眠が必要？
- ✓ 夜間勤務の睡眠のコツは？
- ✓ 寝具の選び方は？

受講後すぐに実践できる"睡眠知識"が身につきます！

対象者

トヨタ車体健康保険組合加入者の方

視聴期限

2024年3月25日(月)～2024年4月25日(木)

視聴方法

アーカイブ配信視聴はこちらから！
https://avivo.co.jp/tab_kenpo/seminar/sleep

右記QRコードを読み取ってご視聴ください

問合せ

トヨタ車体健康保険組合 TEL：0566-36-6449

