

仙台商工会議所主催

# 会員交流会

【オンライン開催】  
伊達トーク

「伊達トーク」は、ビジネスや仙台の文化などに関するさまざまな話題を提供する交流会です。講話終了後には参加者間での自由な交流の時間をご用意していますので、人脈拡大やタイムリーな情報の収集、自己研鑽の機会として気軽にご参加ください。

## 【今回の講話】

### 『健康な体の作り方

～簡単トレーニング、栄養管理のポイント～』

## 【今回の講師】

(株)epi&company 代表取締役 松橋 穂波 氏

E Style LAB トレーナー・管理栄養士 松崎 愛璃 氏



適度な運動や適切な栄養摂取は、健康を維持するための大切なポイントです。コロナ禍の外出自粛や在宅ワークの増加により、運動不足や体重増加など自身の体調管理にお悩みの方も多いのではないのでしょうか。今回の伊達トークでは、免疫力アップにも繋がる「健康な体づくり」をテーマに、手軽に取り組める簡単運動・トレーニング方法や栄養管理のコツについてお話しいただきます。

①日 時： **2021年7月21日(水) 18:00～19:45**

②内 容： **【講話】18:00～18:20 / 【交流】18:20～19:45**

※講話終了後はZOOM機能を用いて、一定の時間内、参加者を2人1組の組合せにした個別交流を行います。

※事前に参加者名簿を配布し共有するほか、今後のビジネスへと繋げていただけるよう、交流会終了後には出席者の連絡先及び名刺データ付名簿を改めて送付します。

③参加費：無料(通信代や機器の準備等の費用はお客様負担になります)

④対象者：・仙台商工会議所 会員事業所の代表者、または従業員の方

・ZOOMを使用できる環境にある方

(※利用が初めての方も事前に導入方法をお知らせしますのでご安心下さい)

⑤定 員： **10名** (※定員になり次第締切。申込は1事業所から1名でお願いします)

⑥申込方法：下記URLにアクセスし、申込フォームからお申込み下さい。

<https://www.sendaikki.or.jp/kouryu/20210721/>

〈参加申込フォーム〉



⑦申込締切： **2021年7月14日(水)** まで

〈参加申込フォーム  
QRコードはコチラ〉



### 【～交流会申込・参加の流れ～】

①お申込後、ビデオ会議アプリ「ZOOM」が使用できる環境をご準備ください。

②開催日前日までに申し込んだメールアドレスへ参加者名簿、視聴専用のZOOM招待URLをお送りします。当日はURLから入室ください。

③ZOOM接続(ビデオや音声の確認)に不安のある方は、開始20分前に入室してください。事務局にて確認作業を行います。

《《裏面に申込方法や連絡事項を記載していますのでご確認ください!》》

## 《参加申込方法の詳細について》

★パソコンやスマートフォン・携帯端末から下記URLにアクセスし、申込フォームに必要事項(事業所名、役職、氏名、メールアドレス、電話番号、FAX番号、業種、自社PRなど)をご入力の上、お申込ください。なお、申込時に名刺データ(JPEGまたはPDF)の添付が必要になりますので、予めご用意の上お申込みください。  
自動返信メールの送信をもって申込完了とさせていただきます。

〈参加申込フォーム〉



【申込フォームURL】 <https://www.sendaicci.or.jp/kouryu/20210721/>

※申込後、申込内容を記載した自動返信メールが送付されます。

※スマートフォン・携帯端末をご利用の方は

右記のQRコードからもお申込みいただくことが可能です。

※仙台商工会議所HPのトップページにある

「交流会一覧」からお申込みいただくことも可能です。

〈会議所HPトップページ内〉

仙台商工会議所主催事業

自 交流会

一覧

2016/07/20

平成28年度 会員交流会スケジュール (予定)

開催日: --

2016/06/24

交流会情報メール配信登録

開催日: --

## 《ご連絡事項》

★本交流会はビデオ会議アプリ「ZOOM」を使用し開催します。

「ZOOMの参加・導入方法」については参加申込後、追ってご連絡いたします。(カメラ・マイクがついたパソコンまたはスマートフォンからZOOMアプリ(無料)のダウンロードが必要となります。)

★Wi-Fi環境など高速通信が可能な環境でご参加ください。(通信料はお客様負担となります。)

★参加をキャンセルされる場合には、申込締切日までに必ずご連絡ください。

★本交流会における録音・録画・撮影・SNSの投稿はご遠慮ください。

★申込フォームにご入力いただいた情報は、交流会開催に際して皆様に配布する参加者名簿へと掲載するほか、当所からの各種連絡・情報提供、および運営上必要な範囲で使用することがございますので、予めご了承の上ご入力をお願いいたします。

★開催時に撮影した写真・画像を当所ホームページや月報などで公開する場合があります。

～交流会情報メール随時配信中!～

当所で開催する交流会の情報を、会議所HPのほか、随時メールにて配信しております。

メール配信をご希望の方は下記URLにアクセスし、登録フォームにメールアドレスをご入力の上、「配信希望のメールニュース」欄の「交流会」を選択し、ご登録ください。

【登録フォームURL】 <https://www.sendaicci.or.jp/mailnews.html>

〈メール配信登録〉

※スマートフォン・携帯端末をご利用の方は右記のQRコードからも

ご登録いただくことが可能なほか、仙台商工会議所HPの

「メールニュース配信登録」バナーからご登録いただくことも可能です。



【本件お問い合わせ先】仙台商工会議所 管理グループ 担当: 廣瀬・嶽石

TEL: 022-265-8125 FAX: 022-265-8130 E-mail: kouryukai@sendaicci.or.jp