

第3回オトコマエ講座報告書

|      |                         |
|------|-------------------------|
| 実施日時 | 2012.6.6(水) 11:30~11:45 |
| 場所   | (株)M製作所 本社              |
| 講師   | 貴城 優希                   |
| 目的   | 感じの良い第一印象を目指す           |

|     |                  |
|-----|------------------|
| 参加者 | 現場スタッフ 10名、本社 3名 |
|-----|------------------|

|   |  |
|---|--|
| 内容  | <p>○今回は15分の短縮版のストレッチを実施<br/>                 ☆朝礼・休憩時等に実施し、リフレッシュの材料にしてもらいたい。<br/>                 ・座りながらできるストレッチをピックアップして行う。</p> |
|   |    |
|   |    |
|   |   |
|   |   |
|   |   |
|  |  |

|       |  |
|-------|--|
| 参加者感想 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しかった。</li> <li>・ヨガをしているので、呼吸法などが同じだなと思った。(休憩時間の為、感想の聞き取りがあまりできませんでした。)</li> </ul> |
|-------|--|

|        |   |
|--------|---|
| スタッフ感想 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・初めて現場で講座を実施したが、自分達の現場という事もあり、参加者の緊張が少なくスムーズに講習を楽しめてもらえた。</li> <li>・貴城との会話も弾み、困っている事などすぐにアドバイスできる雰囲気だった。</li> <li>・ストレッチはある程度の広さが必要なので、ストレッチ以外の15分版も考案していく。</li> </ul> |
|--------|---|