

本部・部会だより

◆ 6月3日・7日 青年部会・女性部会 研修会を開催 ◆ (於: 中野法人会館+WEB)

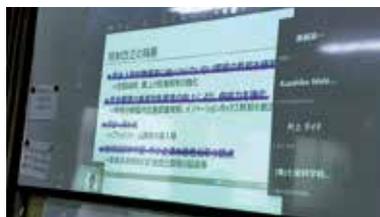
「令和6年度 税制改正」(大綱)

法人関係: 賃上げ促進税制の強化

所得税関係: 定額減税の実施

消費税関係: プラットフォーム課税の導入

について、90分、大変内容の濃い研修をして頂きました。



スライド講義の様子



講師: 齋藤英一氏



6月3日 参加者の皆様



6月7日 参加者の皆様

◆ 6月18日 第25回 春の講演会 (健康セミナー) ◆ (於: 中野セントラルパークカンファレンス1F)

演題: 「パフォーマンスが上がる入浴と睡眠のススメ」

講師: 石川 泰 弘 様



～研修会スライドの様子～



～講師: 石川泰弘様～

6月18日、中野セントラルパークカンファレンス1Fに於いて石川泰弘様を招聘し「第25回春の講演会 (健康セミナー)」が開催されました。

演題は、「パフォーマンスが上がる入浴と睡眠のススメ」として、前半には、入浴による体温アップのメリットを丁寧に説明され、続いて疲労回復のお風呂メソッドを解説され、お湯の温度、入浴時間、入浴姿勢、水分補給の大切さが分かりました。さらに、続いて先生より「入浴

は疲労回復に関与してる」とお話しいただきましたことが印象に残りました。

後半には、「睡眠の役割」として、「人間はリズムを刻み生きている!!」と解説されて、「睡眠を高めるポイント」について丁寧に解説をされました。参加された32名の受講者は熱心に耳を傾け盛会のうちに終えることができました。大変濃い内容の講演会をして頂きましてありがとうございました。



～セミナー会場にご参加の皆様～



大島女性部会長・講師: 石川泰弘様



～懇親会場の様子～