



健幸！ワーク宣言通信

NEW WORK STYLE

2025
May
5



▲ ケル株式会社 New Work Style動画サムネイル

新規宣言企業

ケル株式会社は産業用のコネクタメーカーです。社員は300人程度で密なコミュニケーションがとりやすく、それぞれがそれぞれのやり方で健幸的に働くのがケル株式会社の魅力です！

ケル株式会社
(宣言日：2024/6/10)



ケル株式会社HP ▲

新規宣言企業の活動をご紹介

パーソナルジムBEYONDでは、毎月地域の方と一緒に地域の清掃活動を行っています。4月は過去最高人数で実施できました！健康に関する企業向けのセミナーなども行っており、幅広く活動しています！ パーソナルジムBEYOND
(宣言日：2025/1/20)



パーソナルジムBEYOND HP ▲



▲ パーソナルジムBEYOND聖蹟桜ヶ丘店
清掃活動の様子

健幸情報をご紹介

今回は自宅や公園で気軽にできる健康づくりについてご紹介します。休憩中にリフレッシュして健幸的に働きましょう！

自宅で健康づくり！

仕事や私生活に追われる日々…そんな忙しい日常でも自宅でできるトレーニングなら隙間時間で続けることができます！ 自宅で簡単トレーニングを始めてみませんか？

1人だと続かないという方も、動画を見て寺田氏と一緒に楽しく続けていきましょう！

自宅と一緒にトレーニングできる動画を作成しました！

あなたも一緒にトレーニング！

▲ BEST BODY JAPAN24 ゴールドクラスでグランプリを獲得(市内在住)
寺田政弘氏

詳細はこちら▶

公園で健康づくり！

身近な公園に健康遊具があることを知っていますか？ 身近な公園でも自分のペースで運動ができます！

今すぐ疲れをとりたい方はストレッチ系、しっかり体づくりをしたい方は筋トレ系、健康遊具の種類はさまざま！ 自分に合ったものから少しづつ始めてみましょう！

健康遊具を紹介するリーフレットを作成しました！ ご活用ください！

詳細はこちら▶

多摩市企画課
042-338-6916
tm032000@city.tama.tokyo.jp

健幸！ワーク宣言について▶
◀ 多摩市×New Work Style動画公開中

市は宣言企業同士のつながりを後押ししています！企業間で共有したい情報などお気軽に多摩市までご連絡下さい

