

## 【試験導入】事務用椅子をバランスボールに

目的 バランスボールを椅子代わりに使うことで、姿勢がよくなり、腰痛や肩こりを軽減し、長時間のデスクワークによる運動不足を解消すると言われており、職員の健康増進策の一環になる可能性があることから、業務で使用している椅子の代わりにバランスボールを試験的に導入するもの。

開始日 令和4年12月1日(火)～

対象 全職員(会計年度任用職員含む)

使用方法 希望する職員は、自費でバランスボールを購入する。  
バランスボールは転がらないよう台座付きとする。