

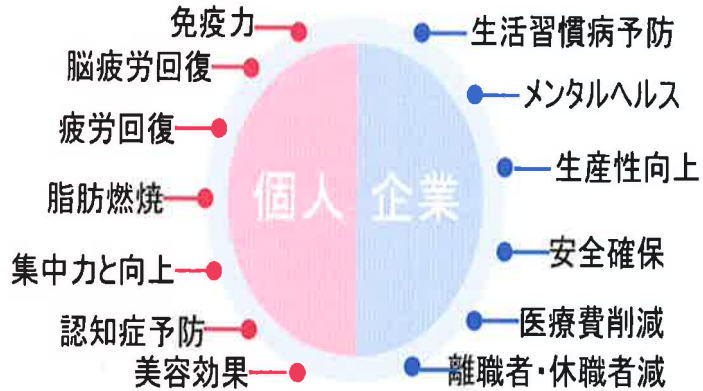


安全運行研修にお勧めの

ハンドル持つ前に整えたい 睡眠のはなし



睡眠改善効果



こんな症状でお困りでは？

- ・運行前後に眠れない
- ・運行中の強い眠気
- ・寝つきが悪い
- ・睡眠中に目が覚める
- ・目覚めが悪い

- ・活動意欲低下
- ・身体的不調
- ・食欲増進または低下
- ・日中の強い眠気
- ・メンタル不調



一緒に症状改善をしましょう

睡眠のはなし・・・

生命維持において欠かせない生理現象の睡眠
睡眠と体のメカニズムを知り、
運行前と運行後の生活習慣を整え、
業務に集中できる環境を整えましょう

- ☆睡眠と健康について
- ☆運行前の食生活
- ☆仮眠に方法
- ☆睡眠と生活習慣について

お客様の声



睡眠改善のために
食生活も改善したいと思った



仮眠や食事についての話が
参考になりました
やってみようと思う



睡眠のコントロールができず
眠れない時がある
できることから始めたい

お問い合わせ



企業情報と現状確認します

企業情報に基づき研修を
いたします

希望者に
睡眠カウンセリングを提供

睡眠のことはお任せください

睡眠の問題を抱えたドライバーが
安心安全に運行できる様
サポートいたします

株式会社印笑

〒541-0056

大阪府大阪市中央区久太郎町3丁目1-6

伊藤佑ビル大阪本町6階

Tel.050-3700-1986 mail:inshow.smile3150@outlook.jp