

# オンラインセミナー

ニデック健康保険組合 加入の皆様へ

毎日5分間でできる身体ケア！

座ったままできる  
身体ケアストレッチ！



毎日5分でできるデスク向け身体ケアストレッチを紹介。  
仕事の合間に無理なく続けられ、肩こり・腰の負担を軽減する簡単で  
効果的な方法をお伝えします。

▼ アカウント登録

2026年

4/15

参加無料

(水) 12:30~12:45

開催  
日時

● 見逃し配信あり(アーカイブ配信)

セミナーの受講に  
あたっては  
アカウントの作成を  
お願いいたします



<https://x.gd/Sv4AX>

## 講師紹介

### セミナー講師: 横浜 達也

トレーナー歴は20年以上。  
フリーランスのトレーナーとして、オンラインダイエットサービスの提供や、  
関東中心とした出張パーソナルトレーニングなどの活動を。  
また、専門学校やフィットネスジムでパーソナルトレーナーの育成にも携わる。



本プログラムに関するお問い合わせ

株式会社ルネサンス 担当:健康ソリューション部  
mail: [business-solution@s-renaissance.co.jp](mailto:business-solution@s-renaissance.co.jp)

主催:健康保険組合連合会・近畿ブロック (担当:京都連合会)

# アカウント作成方法

株式会社ルネサンスへようこそ！



名前\*

ご所属の健康保険組合 (例: ●●健康保険組合)

メールアドレス\*

パスワード\*

利用規約・プライバシーポリシーに同意

アカウントを作成する

[アカウントをお持ちの方はこちら](#)

- ① 株式会社ルネサンスの登録ページにアクセスする。
- ② 名前、健保組合名(ニデック健康保健組合)、メールアドレス、パスワード(6文字以上)を設定する。
- ③ 利用規約、プライバシーポリシーをご確認の上で横のチェックボックスにチェックをする。
- ④ 「アカウントを作成する」をクリックする。



以上でアカウント作成完了です。

ご登録いただいたメールアドレスに、ご登録完了メールが届きます。  
セミナー受講の際は、ログインしてご受講ください。

# ログイン方法

株式会社ルネサンスへようこそ！



メールアドレス

パスワード

ログイン

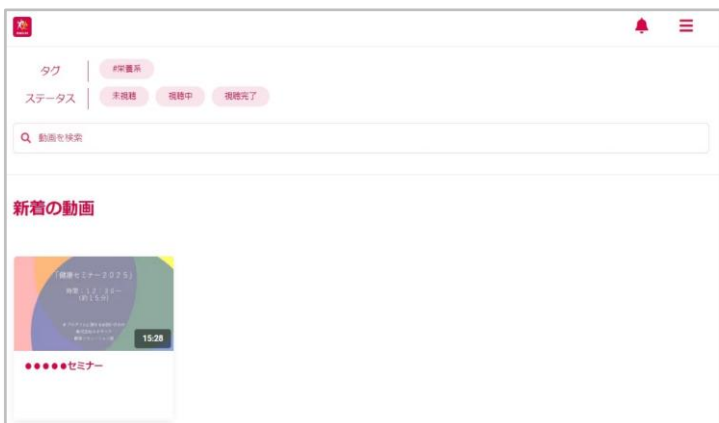
パスワードをお忘れになった場合

- ① ログインページにアクセス
- ② 登録済みのメールアドレスとパスワードを入力
- ③ ログインをクリック

<パスワードをお忘れになった場合>  
こちらをクリックして頂き、  
パスワードの再設定をお願いいたします。

## 通常の ログイン

TOPページから対象のセミナーをクリックしてください。



## 案内メールURLから ログイン

メールのURLをクリックすると、視聴ページが開きます。

