

NEWS RELEASE

2026年9月4日
キャリーネット株式会社

腰痛予防・健康増進施策として「アルファビクス体験会」を開催



～福岡営業所で第1回を実施、全国事業所へ順次展開～

当社は2026年8月29日、従業員の腰痛予防および健康増進を目的として、「アルファビクス体験会」の第1回を福岡営業所にて開催いたしました。

物流業界では、荷役作業や長時間の運転業務、事務作業などにより、腰部への負担が大きくなる場面が少なくありません。当社においても、従業員が健康で安心して働き続けられる職場環境づくりを重要な経営課題の一つとして位置付けており、その取り組みの一環として本体験会を実施いたしました。

アルファビクスは、腹式呼吸と専用バンドを活用した低負荷の健康運動プログラムです。運動経験や体力に関わらず取り組みやすく、身体のバランスを整えながら、腰痛予防や姿勢改善、心身のリフレッシュが期待されています。

第1回は福岡営業所をメイン会場とし、戸畑配送センター、伊万里営業所、東京営業所および大阪営業所をオンラインで接続して実施しました。参加者はインストラクターの指導のもと、腹式呼吸を取り入れた運動を体験し、健康づくりへの意識を高めました。

今後も当社は、全国の事業所へ順次展開を進めるとともに、従業員の健康維持・増進に向けた取り組みを継続し、健康で安全に働ける職場環境づくりを推進してまいります。

～アルファビクスについて～

アルファビクスは、腹式呼吸と専用バンドを活用した健康運動プログラムです。ゆったりとした動きで身体のバランスを整えながら、筋力維持や柔軟性向上、リラクゼーションを図ることを目的としています。

公式サイト

<https://www.alphabics.net/>

【開催概要】

名 称 : アルファビクス体験会(第1回)

開 催 日 : 2026年8月29日(土)

会 場 : 福岡営業所(メイン会場)

参加拠点 : 戸畑配送センター、伊万里営業所、東京営業所、大阪営業所

内 容 : アルファビクス体験会

主 催 : 株式会社ジェイ・コミュニケーション・アカデミー、キャリーネット株式会社

以上

<企業概要>

会社名	キャリーネット株式会社
本社所在地	東京本社 : 東京都港区浜松町1-6-2 丸神ビル2階 名古屋本社 : 愛知県名古屋市港区明正1丁目181番地
設立	1971年(昭和46年)11月2日
代表者	代表取締役 社長執行役員 山本 大介
資本金	41,900,000円
株主	日水物流株式会社100%
事業内容	1. 一般貨物自動車運送事業 2. 貨物運送取扱い業 3. 物品の仕分け、梱包及び発送業務の請負業 4. ファストフードの製造及び加工 5. 食品の販売 6. 上記各号に付帯する一切の事業
関連会社	株式会社ニッスイ

※2026年4月1日現在

＊＊本件についてのお問い合わせ先＊＊

キャリーネット株式会社 経営管理部

電 話 : 03-6435-8902

MAIL : info@carry-net.co.jp

