

～令和5年度～ 年間イベント企画発表！

| | |
|--|---|
| <h3>タバコの害について知ろう！</h3> <ul style="list-style-type: none">● 一酸化炭素測定● ○×クイズ（賞品あり）● ニコチン依存度テスト  | <h3>野菜で健康習慣！</h3> <ul style="list-style-type: none">● ベジチェック（野菜摂取量測定）● 野菜摂取量の記録  |
| 6月 | 8月 |
| 11月 | その他 |
| <h3>カルシウム不足を改善！</h3> <ul style="list-style-type: none">● 骨密度測定● カルシウム講話● カルシウム自己チェック● 食品の食べ比べ  | <h3>運動習慣を獲得しよう</h3> <ul style="list-style-type: none">● コバトン健康マイレージ（ランキング発表）  |

※内容は未定で変更になる可能性があります

健康経営委員会では、従業員の健康維持・改善の為、様々な企画を考えております。ぜひ皆さん積極的に参加し、健康的なからだを手に入れましょう！また、サークル活動・懇親会・体力測定などやりたい企画がありましたら随時募集しております。お気軽に健康経営委員会までお知らせください。

2023.4.1 健康経営委員会