

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

※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