



05 健康イベントの開催

健康クイズや体重測定チャレンジ、個人やグループで参加できるウォーキングラリーなどのイベントを毎年開催。楽しみながら健康になりましょう！

各イベントごとに目標を達成できればポイントGet！

イベント開催時にはHPや「健保からのお知らせ」などで事前にお知らせします。

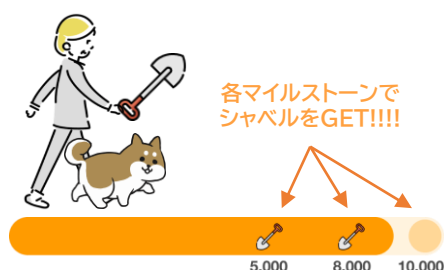


Pep Up主催！

ふれんどウォーク

Pep Up主催のウォーキングラリーも通年開催中！

ふれんどとなる「しばいぬ」が5,000歩、8,000歩、10,000歩ごとにシャベルをみつけてくれます。このシャベルが使えるのは決まって次の日だけ。翌日になったらシャベルを使ってごほうびを「ほりほり」しましょう！



次の日…

