この案内は、令和6年11月6日に健康管理委員宛に
お送りしたものと同様のものです

「39歳以下の生活習慣病予防」 オンライン健康教室の開催について

貴社、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素より、当組合の事業運営に対しまして格別のご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、当組合では、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の見直しや改善によってリスク軽減が期待できる40歳以上の方を対象に「特定保健指導」を実施しております。

この度、昨年度の健診結果において、年齢制限がなければ特定保健指導の対象となる条件に該当する36歳～39歳の方を対象に、下記のと通りの健康教室を開催することといたしました。

対象となられた方におかれましては、ご自身の身体の状態等を知り、生活習慣病対策の必要性に気付く良い機会となりますのでぜひ積極的なご参加をおまちしております。

つきましては、お忙しい中大変恐縮ではございますが、対象となられた方へのご周知等お願い申し上げます。

～ 39歳以下の生活習慣病予防 健康教室 開催要項 ～

【開催日時】	令和6年12月18日（水） 14：00～15：00
【開催方法】	オンライン開催（Cisco Webexを使用）
【参加費用】	無料
【教室内容】	① 講義（55分）
1. 生活習慣病について
2. 生活習慣病対策のポイント
3. 今日から実践できる生活習慣病対策
4. 最後に
② アンケート記入（5分）

【申込方法】 別添「39 歳以下の生活習慣病予防 健康教室 対象者一覧兼申込書」の「参加可否」欄にチェックをつけ、必要事項をご記入のうえ、メール、FAX、郵送いずれかの方法でお申し込みください。

【申込先】 メール : health_seminar@tokyo-denki-kenpo.org
FAX : 03 (3837) 1270
郵送 : 〒113-8566
東京都文京区湯島 3-15-4
東京都電機健康保険組合 健康推進課 宛

【申込期限】 令和6年11月21日(木) 必着

【注意点】 ◇メールでのお申し込みの際は、参加申込書を PDF ファイルにして添付のうえ、送信くださいますようお願いいたします。
また、本メールアドレスはお申し込み専用アドレスのため、お問い合わせにつきましては、お電話にてよろしくお願いいたします。
◇お申し込み受付後、資料の送付時に Cisco Webex の利用手順等を送付させていただきます。

【お問い合わせ先】
東京都電機健康保険組合 健康推進課
〒113-8566 東京都文京区湯島 3-15-4
TEL 03-3834-7217
FAX 03-3837-1270