

令和8年7月13日

加入者の皆さんへ

三岐しんきん健康保険組合

健康セミナー動画配信のご案内

平素は、当組合の業務運営に格別のご支援をいただき、厚く御礼申し上げます。

さて、今年度当組合では、健康保険組合連合会岐阜連合会の共同事業として、下記の通り8月から毎月テーマを変えて、共同設置保健師監修の健康セミナー動画を配信します。

視聴方法は、配信予定月の前月に視聴用 URL、QR コードとアンケート用 URL、QR コードをご案内しますので、各自スマホなどで視聴してください。視聴後は、アンケートの回答にご協力をお願いいたします。

8月は、「職場のメンタルヘルスを考えよう～メンタル不調者を出さないために～」をテーマに配信しますので、ご案内用チラシから QR コードを読み込むなどして視聴してください。

※ 案内用チラシは、当組合ホームページにも掲載します。

記

＜配信予定月とテーマ＞

8月：職場のメンタルヘルスを考えよう～メンタル不調者を出さないために～

9月：高血圧に気をつけよう～受診・生活改善で健康管理～

10月：健診で「脂質」引っかかった人、要注意！～コレステロール・中性脂肪～

11月：健診結果を上手く活用しよう～自分ごとにする～

※ 視聴期間は、各配信予定月の月初めから月末まで

※ 動画の時間は各 20 分程度

以上

職場でも自宅でも気軽に視聴していただけますので、是非ご覧いただき、ご自身の健康管理にお役立て下さい！