

## 出前健康講座のご案内

(全国健康保険協会船員部からのお知らせ)

より長く健康で生活したい、

という国民の関心が高まっています！

船員保険部では、加入者の皆様の健康づくりを支援する取り組みの一つとして、船員の皆様が参加する各種研修会などに講師を派遣し、生活習慣病やメンタルヘルスなどの健康づくりに関するお話をさせていただきたく「出前健康講座」を行っています。

感染拡大の防止の観点から、乗船中の食生活に関する動画DVDの貸出しやオンラインでのメンタルヘルス講座も行っていますので、ぜひご利用ください。

### ▽申し込み方法

「出前健康講座」のお申し込みは船員保険管理グループでうけたまわっています。開催の希望がございましたら、まずお電話ください。

○船員保険管理グループ

TEL 03—6862—3060

### ▽費用

講師の派遣に要する費用はありません。

※口座資料のコピー、配布等についてはご協力をお願いしております。

### ▽講義内容

- ・生活習慣病予防について
- ・メタボリックシンドロームについて
- ・メンタルヘルス対策など

※この記事は、全国健康保険協会の資料を基に作成

〔ファクスだより〕

2021年4月23日(金曜日)