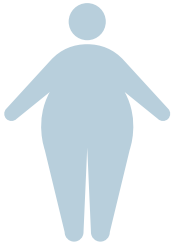


# 生活習慣改善セミナー

**対象者：前年の健診において「特定保健指導動機づけ支援対象になり、未利用の方及びその配偶者、並びに所属所健康管理担当者と所属所に指定を受けた者**



平成20年度より始まった特定健康診査（通称メタボ健診）及び特定保健指導は主に生活習慣病に着目し、病気の重症化や発症の前に予防する目的で行われてきました。  
本組合でも組合員の皆さんや被扶養者の皆さんの健康保持・増進のためにこの特定健診・保健指導を進めてまいりましたが依然として生活習慣病（※糖尿病や心疾患等）の医療費においては高い水準で推移していることから、特定保健指導の中でも軽症な状態の“動機づけ支援”（※下記イラストのレベル1～2）対象となり、かつ未利用の方を主対象に「食」と「運動」の両面から効果的な生活習慣の改善を図ることを目的に健康講座「生活習慣改善セミナー」を開催いたします。

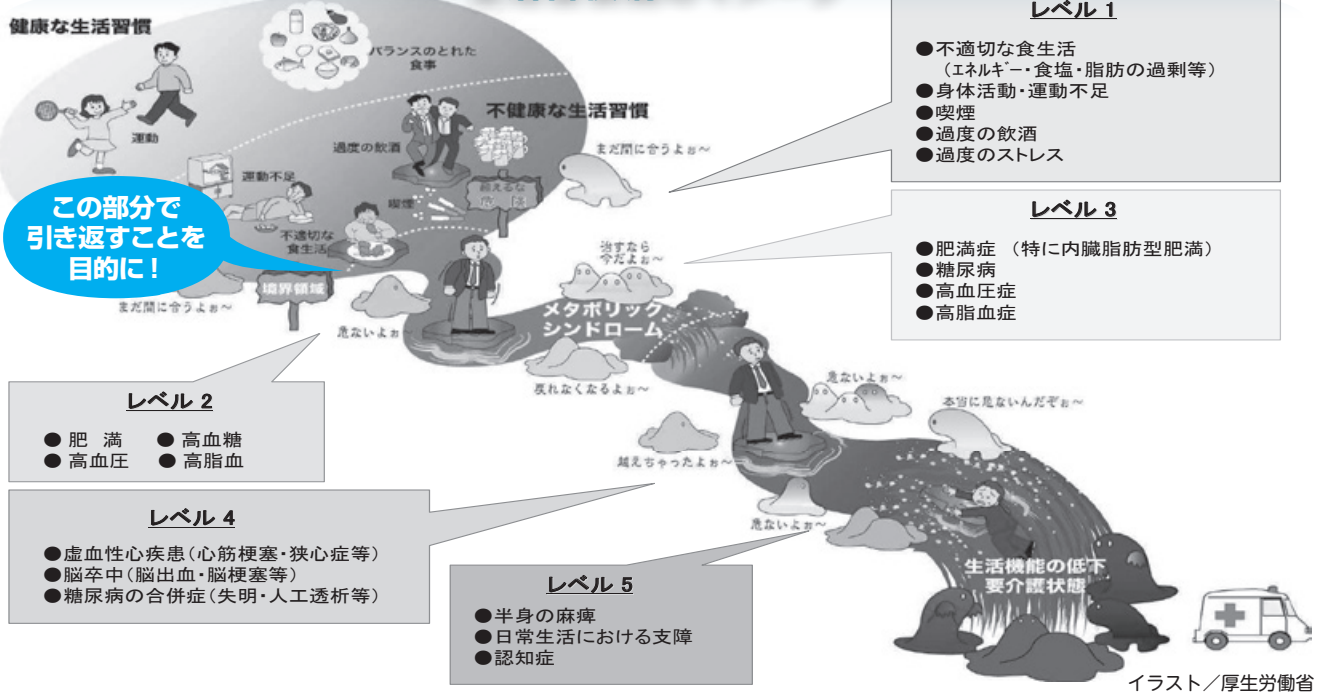
開催日・・・・・・・・

※全体の定員200名程度

※所属所へ別途開催通知を送付します

9月14日(水) ホテルリガーレ春日野 (奈良市)  
9月26日(月) 奈良県社会福祉総合センター (橿原市)  
10月11日(火) 奈良県社会福祉総合センター (橿原市)

## 生活習慣病のイメージ



ボーナスは  
有利で便利な  
組合員貯金へ！

年利 1.3%

平成28年7月1日  
現在



夏のボーナスの活用方法はお決まりですか？  
上手な貯蓄をお考えなら、  
高利回り、安心の「組合員貯金」  
にお預けください！

「組合員貯金」に加入されている  
組合員の皆さんへ

- 臨時積立は随時に希望額を預け入れできます。
- 1円単位から自由に積立していただくことができます。



毎月の積立額を変更する場合は、変更する月の前月27日までに本組合に報告が届きますように、共済事務担当課へお申し出ください。