

健康講座

「生活習慣改善セミナー」の 開催について

対象者は

40歳未満の組合員の方で、生活習慣の見直しに取り組んでみたい方

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を予防する目的で行われています。

生活習慣病の多くは、初期にはほとんど自覚症状がありませんが、日々の生活習慣の積み重ねが病気の一因となるため、早い段階から生活習慣を見直すことにより、多くの病気の発症、進行を予防することが出来ます。

この点に注目し、より早い段階からこれからの健康のために取り組む目的で、今年度からは**40歳未満の組合員の方**で、いま一度生活習慣の見直しをしてみたい方を対象に、健康講座「生活習慣改善セミナー」を開催いたします。現在のご自身の生活習慣に不安のある方、健康に関する知識を身につけたい方などご興味がある方はこの機会にぜひ講座を受講し、ご自身の健康増進のためにお役立てください。



開催予定時期

11月ごろ 会場未定

※定員50名(予定)

※所属所へ別途開催通知を送付します。

年利 **1.1%**

平成31年
4月1日より

ボーナスは、有利で便利な組合員貯金へ!

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



定例積立(毎月の給料・ボーナス)のほかに、臨時に積立てることができる臨時積立があり、ご希望の金額を預け入れしていただけます。また、毎月の積立額を変更する場合は、変更しようとする月の前月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。