

祝!
創立

<被扶養者(ご家族)の皆さまへ>

市光工業健康保険組合

50周年
キャンペーン!

もれなく

かんたんメールアドレス登録で

図書カード2,000円分プレゼント



女性のための健康情報サイト

メールde
健康エ〜ル

今すぐ
登録!

- ▶ 健診の申込締切をメルマガでお知らせ
- ▶ ワンクリックで健診申込サイトにアクセス!

「受診のうっかり忘れ…」を防ぐことができます。



● メールde健康エ〜ルに登録すると…

健診の受診し忘れが防げます!

健診をうっかり忘れていたから助かるわ!



知って得する! 健康トリビアを配信!

私のためになる情報もたくさん!



メールアドレスの登録をお願いします!

登録サイトへアクセス! ……> <http://goo.gl/Z8GIIJ>

※市光工業健康保険組合ホームページからもアクセスできます。

市光工業健保

検索

QRコードからのアクセスはコチラ!

※iPhoneを利用している方は、QRコード読み取り専用アプリをダウンロードしてください。



登録情報・アンケートを入力し、登録完了!

ご確認ください

- 登録した情報は当サービスおよび市光工業健康保険組合の事業に限定して使用します。
- 当サービスは、下記の事業者が行うサービスを利用するものであり、お問い合わせは下記にてお願いします。

<お問い合わせ先はこちら> メールde健康エ〜ル事務局 (株)三菱総合研究所 社会ICT事業本部 川島、池田、前田

お問い合わせメールアドレス: info-kenkoyell-ml@mri.co.jp 電話番号: 03-6705-6166 [受付時間] 平日10:30-12:00/13:00-18:00

今なら
さらに

ご登録頂いた方全員にプレゼントキャンペーン

大人気!

めぐリズムアイマスク プレゼント!

2個セット



※商品は予告なく変更することがあります。※写真はイメージであり、実際の商品とは異なる場合があります。

その他にもお得なクーポンが盛りだくさん!

知識があれば
怖くない!

メールアドレスをご登録いただいた方には

女性のための健康情報サイト

もっともっと
健康に!

メールde健康エ〜ル

ご利用いただけます!

いきいき女子のための 記事コーナー

例えば...

- 体内にあるアンチエイジング時計って?
- 女性がぐっすり眠るためには...



毎日目標を達成できる! 元気のための新習慣!

いきいき健康チャレンジ

美しさと健康は女性にとっては同じこと。「いきいき健康チャレンジ」毎日達成できる美と健康にかかわるチャレンジコースをご紹介します! ○×をつけて目標の日数を達成すると素敵なプレゼントがもらえますよ!



女性におすすめ部門

- 更年期をふっとばせコース
- 基礎体温を測ろうコース
- 冷え性改善コース
- 自分をほめようコース
- キビキビダイエットコース

女性のための
チャレンジコースも
満載!

食生活改善部門

- 毎朝朝食
- 野菜を先に食べよう



日常習慣改善部門

- 睡眠不足解消
- 禁煙 ● 減酒
- よく噛もう
- 乳がん予防
- 歯磨き
- 目と肩こりをいやす
- 血圧コントロール
- 計るだけダイエット
- インフルエンザ・風邪予防
- 飲料を無糖にしよう
- 心のリフレッシュ
- あいさつ運動

運動不足解消部門

- ウォーキング&階段を使おう
- 肩こり腰痛解消
- 好きなスポーツ
- ストレッチ&腰痛予防
- 大またウォーキング
- フラダンスでリフレッシュ

