

# KENPO だより

本誌をご家庭に持ち帰り、ご家族でご覧ください。

〈特集〉

## 心の健康 大切に

P2へ 



### 2 〈特集〉心の健康 大切に

- |    |                                 |    |                         |
|----|---------------------------------|----|-------------------------|
| 4  | 日通健保ウォークラリー                     | 12 | 2020年度事業報告と決算について       |
| 6  | 禁煙キャンペーン 10月1日スタート!             | 14 | インフルエンザ予防接種費用補助のお知らせ/公告 |
| 8  | 今こそ運動を                          | 15 | クロスワードパズル/介護教室・健康教室のご案内 |
| 10 | 今がチャンス! 「コロナ太り」と言い訳できる間にダイエット!! | 16 | ホームドクター 24 / 無料歯科健診     |
| 11 | おうち時間を有効に「プラス1皿の野菜」かんたんレシピ      |    |                         |