

# けんぽだより

ご家庭にお持ち帰りください

# 冬

## No.88

<http://www.yokogawakenpo.or.jp>

笑顔健康ライブラリ パスワード：egao



表紙写真：横河電機株式会社 高橋利明さん

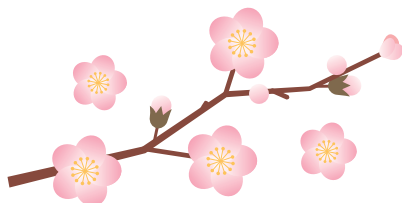
- 年頭のごあいさつ
- 第3回 2008 ウォーキング in 昭和記念公園
- メタボ対策 お風呂でほんわりリラックスタイム
- 健康保険証カードの紛失・盗難にご注意を!!
- **NEW SERIES** “我が家のペット自慢”

### <料理>

- おすすめ Healthy Cooking  
生たらのかぶら蒸し

### <折り込み>

かぜ・インフルエンザ、  
新型インフルエンザ対策



### 健保からのお知らせ

- 特定健診・主婦健診についてのお知らせ
- 我が家のペット自慢募集!
- けんぽだより春号表紙写真募集!