

けんぽだより

ご家庭にお持ち帰りください



<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 金沢事業所 景虹之さん

- 新年のごあいさつ
- 職場で家庭で簡単にできるながら運動
- からだにやさしい歯の健康
- カゼはこうして予防！

<料理>

- 旬のHealthy Cooking
牛肉と根菜のシチュー



06ウォーキング in 昭和記念公園
けんぽ初のウォーキングイベントを開催しました！



健保からのお知らせ

- 教えてください！元気のひみつ
自薦他薦募集！
- けんぽだより春号
表紙写真募集！

