

「健康寿命を伸ばすために」健康づくりオンラインセミナーのご案内

新型コロナの新規感染者数は落ち着いてきていますが、まだまだ安心できません。引き続き、皆様ご自愛をお願い申し上げます。さて、健康的な生活を通じて、楽しく明るくイキイキお過ごしいただくために、私たちはどんなことに心がけるべきかについて、考えていきたいと思えます。そこで、パナソニック健康保険組合・健康管理センター 奥山副所長を講師にお迎えし、「健康寿命を伸ばすために」というテーマでオンラインセミナーを開催致します。今回、コロナ禍での感染防止のために初の取り組みとして、ネット配信（Zoom）によるオンラインセミナーとさせていただきます。



◆開催日：11月27日（土）10：00～11：30

◆内 容：健康講話「健康寿命を伸ばすために」（健康管理センター 奥山副所長）

◆参加方法：「Zoom」によるネット配信です。パソコンあるいはスマホでの視聴になります。

ご参加希望の方は下記よりお申し込みください。

（下記メールアドレス宛のメールでの受付に限らせていただきます）

yokohama-w100@shoai.ne.jp

メールにて、事前に Zoom 参加 URL を配信致します。

※参加ご希望の方は、事前に「Zoom」クライアントアプリ（無料）をインストールする必要があります。（「Zoom」クライアントアプリのダウンロード方法は Zoom 資料参照）

◆接続方法：自動接続か ID・パスワード入力での接続の2通りがあります。

①ご参加ご希望アドレスにいただきましたメールアドレス宛に主催者から

事前に送られてくるメールの **「招待 URL」** をクリックしてください。

しばらくお待ちいただきますと、自動的につながります。

②当日事前にお送りした URL をダブルクリックし、ID・パスコードを

入力します。しばらくお待ちいただきますと、自動的につながります。

詳細は下記 **「※初めて Zoom ミーティングに参加するには」** をご覧ください。

◆募 集：会員（ご家族含む）40名

◆会 費：無料

◆締切り：11月24日（水）（11月15日（月）から延長）

※ご不明な点等ございましたら、担当支部役員までお問い合わせください。