

## 「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います。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、「健康寿命を延ばすために」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「健康寿命を延ばすために」（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](mailto: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。