

生活習慣バージョンアップチャレンジ くうねるあるく+ふせぐ

2025 第1回

ご案内動画は
こちら



みんなで参加して
バージョンアップを
目指そう!!

エントリーはこちら



5/20(火)
12時から

チャレンジ1
くう
動画と
小テスト

チャレンジ2
ねる
動画と
小テスト

チャレンジ3
あるく
団体対抗
ランキング

プラス
ふせぐ
動画と
小テスト

POINT ①
特別セミナーでは、
新たな講師を迎えて
「ウォーキング動画」と
「女性の健康」を
新規追加しました!

POINT ②
くうねるメルマガでは、
楽しいイラストや
健康アドバイスを
1ヶ月間毎日配信します!

POINT ③
GETしたごほうびポイントは
お好きなアイテムと
交換することができます!

申込期限

5/20(火) 12時~6/23(月)

開催期間

6/1(日) ~ 6/30(月)

【プログラムの内容等に関するお問い合わせ】
バリューHRサポートデスク
電話 0570-001-828
対応時間 平日9:30~17:00 土日祝日除く
メール kuu-neru-aruku@apap.jp

【ポイントに関するお問い合わせ】
大塚製薬健康保険組合
メール kenpo2765@otsuka.jp
担当 大橋・橘
<https://www.kenpo.gr.jp/opckenpo/index.html>

