

件名：おすすめ記事のご紹介！／健康づくり通信 2021.5.28

阪急阪神 健康づくり通信

2021.5.28

皆様こんにちは！

最近では、ワクチン接種の話題を耳にする機会が増えてきましたね。
多くの方が接種できるまでにはまだまだ時間がかかりそうですが、会いたい人に会い、マスクをつけずに楽しくおしゃべりできる日々に早く戻ることを祈るばかりです。

それでは今回は、季節の変わり目のこの時期に読んでいただきたい、「Wellness PLUS」おすすめ記事をご紹介します！

★★★・…………—

Wellness PLUS

おすすめ記事のご紹介

—…………・★★★

●お口の健康について

「抜いたほうがいいの！？親知らずについて教えて！」

<https://x.gd/bN4VG>

「自分の口臭が気になる！どうすればいい？」

<https://x.gd/VnfH1>

●食について

「味噌は医者知らずー味噌ソムリエが語る発酵食 味噌の魅力ー」

<https://x.gd/v9a3F>

「時短料理を味方にする！」

<https://x.gd/1IaUc>

「夏に負けない カラダ想いの食材選び」

<https://x.gd/REZwi>

●気になる健康のこと

「受ける？受けない？『乳がん検診』」

<https://x.gd/9vmCU>

「便秘解消は日常生活から」

<https://x.gd/wVOyd>

「高血圧は生活習慣の改善から」

<https://x.gd/HYUk2>

「健康を支える筋肉」

<https://x.gd/3wewI>

事務局からのお知らせ

■「阪急阪神 健康づくりサービス」について

アプリ「いきいき羅針盤」を利用したサービスをご提供しています！楽しく歩いて S ポイントをためよう！

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/info/15159/>

■「Wellness PLUS」SNS 公式アカウントについて

新規コンテンツの掲載情報や、健康づくりにご活用いただける最新情報を随時配信！

【Instagram（インスタグラム）】

<https://instagram.com/hhhdwellnessplus?igshid=1wtjn46za81ki>

【Facebook（フェイスブック）】

<https://www.facebook.com/%E9%98%AA%E6%80%A5%E9%98%AA%E7%A5%9EWellnessPlus-102644051733851>

【Twitter（ツイッター）】

https://twitter.com/HHHD_WellPLUS

□-----□

阪急阪神 健康づくりサービス事務局

お問い合わせ：

healthcare@hankyu-hanshin.co.jp

(阪急阪神ホールディングス株式会社
グループ開発室内)

□-----□