

件名：秋におすすめ！ウオークルートのご紹介／健康づくり通信 2021.11.5

阪急阪神 健康づくり通信

2021.11.5

皆様こんにちは！

乾燥が気になる季節になってきましたね。

手洗いや消毒で特に乾燥しがちな手は、こまめにハンドクリームを塗ってケアしたいですね。

「Well TOKK」ウェブ版では、爪のケアについても掲載しています。

ホームケアの参考にしてみてくださいね。

<https://x.gd/kY0Q8>

それでは今回は、秋のおでかけにおすすめのウオークルートをご紹介します！

★☆☆・…………—

秋におすすめ！

ウオークルートのご紹介

—…………・★☆☆

「Wellness PLUS」に掲載しているウオークルートの中から、秋のハイキングにおすすめのコースをピックアップ！

自然の中でリフレッシュできるコースばかりなので、ハイキング日和にぜひおでかけください♪

●箕面市観光協会 ふらっと箕面さんぽ「モデルコース」

<https://x.gd/tLxtH>

●豊能町観光協会「散策&ハイキングマップ」

<https://x.gd/JmElj>

●初心者向けガイドブック「はじめての六甲山トレッキング」

<https://x.gd/jd0pM>

●大山崎観光サイト「モデルコース」

<https://x.gd/tXIYg>

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/>

■アプリ「いきいき羅針盤」お問い合わせについて

アプリ「いきいき羅針盤」に関するご不明な点は、アプリ画面の「マイページ」から「ヘルプ」をご確認ください。

それでも解決しない場合は、下記までメールにてお問い合わせをお願いします。

阪急阪神 健康づくりサービス事務局

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)

■「Wellness PLUS」SNS 公式アカウントについて

Wellness 情報を定期的に発信しています。ぜひフォローよろしくお願いします！

【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)

□-----□