

件名：おすすめコラムのご紹介！／健康づくり通信 2021.11.19

阪急阪神 健康づくり通信

2021.11.19

皆様こんにちは！

新型コロナウイルスの勢いは収まりつつありますが、これからの季節、インフルエンザにも注意が必要です。

そろそろ予防接種を受けようかと検討されている方も多いのではないのでしょうか。

今回は、日々の体調管理にお役立ていただきたい、インフルエンザに関するコラムをご紹介します！

★☆☆・…………—

wellness 講座

「インフルエンザを正しく予防」

—…………・★☆☆

寒くなる 12月～2月にかけて流行するインフルエンザ。

自分がかからないために、また人にうつさないためにもしっかり予防し、治療しましょう。

▼コラムはこちら

<https://x.gd/s4Gha>

その他のおすすめコラムはこちら

<wellness 講座>

「正しい口腔ケアを身に付けよう」

<https://x.gd/gOCmy>

「女性ホルモンってなに？」

<https://x.gd/OXjTx>

「健康を支える筋肉」

<https://x.gd/6ioi3>

<教えて！沿線のお医者さん！>

「白内障と緑内障ってどう違うの？」（神戸大学+阪神電車）

<https://x.gd/qFQBu>

「リモートワークが外耳炎の原因に！？」（兵庫医科大学+阪神電車）

<https://x.gd/bomKy>

「驚異の感染力！ノロウイルスから身を守るためには？」（神戸大学+阪神電車）

<https://x.gd/nJGID>

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)

□-----□