

件名：「Well TOKK 春号」発行のご案内！／健康づくり通信 2023.4.7

阪急阪神 健康づくり通信

2023.4.7

皆様こんにちは！

今回は、4月4日（火）に発行しました「Well TOKK 春号」のご案内です！
阪急各駅・阪神主要駅などに設置していますので、ぜひお手に取ってご覧ください。

★☆☆・…………—

「Well TOKK 春号」発行！

2023 Spring vol.29

—…………・★☆☆

「駅からはじまるウェルネスライフ」をテーマに、季刊誌として発行しています「Well TOKK」。

今号は、“グリーン”をテーマにした特集をはじめ、健康診断結果の見方・ポイントについてを掲載！

また、新連載の大阪医科薬科大学 LD センターの先生による「発達障害」に関するコラム、生物学者で大阪・関西万博「いのちを知る」テーマ事業プロデューサーでもある福岡伸一先生による「生命とは何か」を考えるコラムなど、読み応えのある健康情報を掲載しています。

「Well TOKK vol.29」（2023 年春号）

○特集

『グリーンでエネルギーチャージ』

- ・心を整える「色」の心理学
- ・春は、お茶でリラックス。
- ・インテリアグリーンでくつろぎのおうち時間。
- ・グリーンスポットを巡ってリフレッシュ！

○Wellness 講座

『健康診断の結果、活かしていますか？』

○【新連載！】ココロコラム<大阪医科薬科大学 LD センター>

『ウチの子、ちょっと気になる？』

○【新連載！】福岡ハカセの「動的平衡から考える」

『今日のわたしは昨日のわたしではない。』

○Think “ETHICAL LIFE”ーシンク エシカル ライフー

『エシカルコンビニって？』

▼WEB 版はこちら

<https://x.gd/Tf5KA>

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！楽しく歩いてヘルス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」Instagram 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>

□-----□

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)

□-----□