

▶ オンデマンド配信

配信期間

4/15(月)~5/31(金)

# 知って備える! がん検診



## 1 約 10 分

命を守る第一歩!  
胃から乳がんまで、5つのがんの最新の  
検診情報と予防法が分かる10分間の  
総合ガイド。

# 心と体のケア講座

## 2 女性 Ver / 約 15 分



女性のホルモン変化特有の不調の原因と対策をわかり  
やすく解説! 自律神経を整える呼吸法、肩こり解消  
など、心地よくカラダを動かし、仕事や生活に活かせる  
体調管理法を学びます。

## 3 男性 Ver / 約 15 分

ホルモン変化による症状と対処法、不調改善のために今  
すぐできる具体的な対策ケア、健康管理術などを学び、  
簡単な運動を実践します。



# 健康セミナー

令和6年度  
特別セミナー  
受講料  
無料

健康は知ることから!  
がん検診の大切さと、不調改善のために  
今すぐできる健康管理術を学びます

対象 健康保険組合の加入者 および その家族

申込 下記インターネット申込フォーム または 裏面の申込書を  
FAXしてお申込みください。

<https://khr-gifu.com/>

申込期限 令和6年3月31日(日)まで

※事前に @khr-gifu.com からのメールを受信できるように設定をお願いします。

※お申込みが集中した場合は申込フォームがつながりにくくなりますのでしばらくたってから  
再度お試しください。

申込サイト↓



講師



NPO 法人ちえぶら代表理事

永田京子 氏 (Kyoko Nagata)

更年期トータルケアインストラクター

STEP 1 申込み

お申込み後、数日中に  
完了メールが届きます

STEP 2

リンク先 配信

4/1(月)~5(金)の間にメールにて、  
視聴アドレスが届きます

STEP 3

視聴

4/15(月)~5/31(金)の  
期間内なら何度でも視聴できます

STEP 4

アンケート記入

後日、アンケートに  
ご協力をお願いします

お問合せ先

講演会事務局 (株式会社 チャント 内)

※申込の運用に関しましては、(株)チャントに委託しております。

E-mail [tamura@chant-e.co.jp](mailto:tamura@chant-e.co.jp)

※基本的にはメールにてのお返事になります。

TEL.080-5128-4909 (開設期間 5/31までの 平日 10:00~17:00 担当:田村)

お申込みはインターネットからお願いします



インターネットでの申込が難しい方は  
必要事項をご記入の上、FAXでも申込みいただけます。

**FAX 0584-47-5062**

講演会事務局(株)チャント内)行



職場・ご自宅、どこでも ご視聴できます

## 令和6年度 特別セミナー〈申込書〉

フリガナ	
お名前 (※必須)	
予定 視聴人数 (※必須)	人
TEL	
FAX	
E-mail (※必須)	※ 配信期間前に、視聴アドレスを送らせて頂くアドレスになりますので、お間違いのないよう <u>読み取りやすい記入をお願い致します。</u>  @  ※ 4/8(月)までに視聴アドレスが届かない場合は、講演会事務局までご連絡ください。
所属健康 保険組合 (※必須)	<input type="checkbox"/> 十六フィナンシャルグループ <input type="checkbox"/> 関ヶ原石材 <input type="checkbox"/> 中部アイティ産業 <input type="checkbox"/> イベデン <input type="checkbox"/> 岐阜県自動車販売 <input type="checkbox"/> カヤバ <input type="checkbox"/> 大垣共立銀行 <input type="checkbox"/> 三岐しんきん <input type="checkbox"/> 健保連岐阜連合会 <input type="checkbox"/> 岐阜繊維 <input type="checkbox"/> 岐阜県プラスチック事業 <input type="checkbox"/> 岐阜信用金庫 <input type="checkbox"/> 日興毛織

※ご記入いただいた個人情報は、本講演に関する連絡・各種情報提供の目的にのみ使用いたします。