TOSHINKYO
東振協

令和8年度

健康*介護
オンラインセミナー

令和9年2月1日～3月31日配信



お家でゆっくり過ごす休日や、通勤のちょっとしたスキマ時間に、
気軽に楽しくセミナー動画を見てみませんか？
皆さまの健康・暮らしに役立つヒントを、
様々なテーマでお届けします。

健康経営推進にも！

参加費 無料！

全14本
期間中何度でも視聴可

1本あたり 約15～20分
見やすい長さ

事業所セミナー 利用OK!
セミナーURL・資料共有いただけます

第1部　2月1日～2月28日配信

健康系

- 眼精疲労すっきりセミナー
- 腸からはじめる生活習慣改善

健康系セミナーは前編／後編
各2本ずつで構成されています



介護系

- 介護保険の基礎知識
- 認知症基礎

第2部　3月1日～3月31日配信

- 女性の健康を知るセミナー
- 効果的なウォーキング
- メンタルタフネスセミナー

- 介護と仕事・生活の両立
- 施設・サービスの選び方

対象者　：会員健康保険組合の被保険者・被扶養者等
事業所にて複数名で参加の場合、代表者1名の申込でOK!
募集期間：令和9年1月4日(月)～1月29日(金)
募集人数：1000名(先着順)

イベント詳細・お申込みはこちら
※11月上旬公開予定

(東振協HP内)
https://www.toshinkyo.or.jp/event /index.html#4

<お問合せ>　東振協事務局 Tel:03-3626-7504（平日9～17時）