

被保険者 各位

カルビー健康保険組合

理事長 人見 泰正

(公印省略)

生活習慣バージョンアップチャレンジ「くうねるあるく+ふせぐ」のご案内

カルビー健康保険組合では、生活習慣の改善に着目した保健事業（生活習慣バージョンアップチャージ「くうねるあるく+ふせぐ」）を実施いたします。

くう=食事 ねる=睡眠 あるく=歩行 ふせぐ=感染予防。

※個人所有のスマートフォン等にアプリをダウンロードし、ご参加をお願い致します。

健康づくりウォーキング歩数登録方法は、カルビー健康保険組合のホームページのバナーにアクセスし、ご登録ください。

エントリー期間：2026年9月18(金)～10月23日(金)

開催期間：2026年10月1日(木)～10月31日(土) の31日間

対象者：被保険者（ご本人）

《補足》エントリー開始の9月18日(金)12:00から

カルビー健保のホームページにバナーが表示されます。

健保ホームページの
バナーからアクセス



くうねるあそび
+ふせぐ紹介動画



記



以上