

令和8年5月

各位


東京貨物運送健康保険組合
(公印省略)

ヘルスアップセミナー参加者大募集 無料で参加できる「トーカ熱海」 健康宿泊ツアーのご案内

熱海で始める、未来の自分への健康投資

- このセミナーに参加すると、健診結果の見方や生活習慣の改善方法などを、医師・管理栄養士・運動の専門家に個別に相談することができます。
- セミナー開催中のお食事（朝1回・昼2回・夜1回）は全て栄養計算された献立となっており、昼はヘルシーバイキング形式で、夕食時はみんなでクイズ大会をしながらお食事を楽しめます。
- 天気が良ければ早朝に爽やかな海風を感じながら熱海の海岸沿いと熱海の街をウォーキング。
(雨天時は室内)
- 帰りにはお土産とトーカ熱海の割引券をプレゼント！
- お1人での参加、会社の同僚の方と参加、ご夫婦で参加してもOK。
 - ※ 但し、当組合に加入する45歳以上の被保険者とその被扶養者である配偶者に限る。
 - ※ 過去にご参加いただいた方は、今回のご案内の対象外となります。

記

開催日	2026年8月1日（土）9時集合 ～ 2日（日）15時30分終了予定
場所	トーカ熱海 静岡県熱海市春日町14-9
定員	18名（先着順）
申込方法	URL・QRコードより申込WEBにアクセス https://select-type.com/ev/?ev=TmwwcygjSrg
	
	TEL 050-5358-0600（平日10:00～17:00）
申込日時	2026年5月22日（金）10時 ～ 6月19日（金）17時まで
参加費	無料（トーカ熱海までの交通費のみ自己負担）
申込問合せ先	東京貨物運送健康保険組合 宿泊型ヘルスアップセミナー事務局
	TEL 050-5358-0600（平日10:00～17:00）