

イベント主催：ヘルスケア・コミッティー株式会社
 協賛：花王株式会社（ヘルシアコーヒー提供）
 三菱瓦斯化学健康保険組合

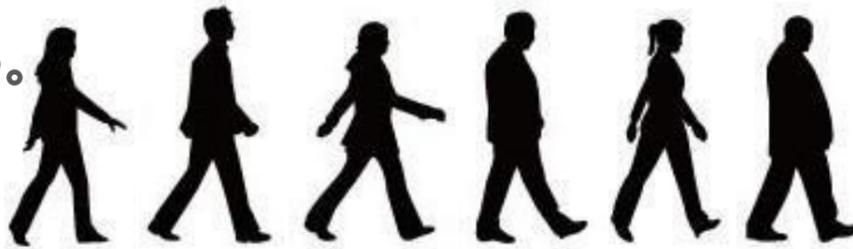


QUPiO 秋の健康増進イベントのお知らせ

イベント期間は
10月1日～11月30日

イベントに参加して
健康な身体を手に入れよう！

ヘルシアコーヒー
飲んで記録！



希望者全員に ヘルシアコーヒー（1ケース:30本）プレゼント

- * 下記の申込期間中に参加登録をした希望者全員に「ヘルシアコーヒー」をプレゼント。
- * 申込期間が過ぎてしまうとプレゼント応募受付が出来ません。
- * ご自宅への送料は、自己負担となります。ご了承いただける方のみご応募下さい。



OR



無糖

微糖

申込期間：平成26年9月1日(月)～9月16日(火)

★ 何をするイベントなの？★

下記の2つのコースから1つ、又は両方を選び参加登録します。
10月1日から2ヶ月間のトライアルです。

① ウォーキングコース

毎日の歩数を記録！ 歩数ゲームもあり、楽しく取り組みます。



バナーをクリックして参加登録



毎日歩数を記録

② 生活習慣改善コース

「血糖」「血圧」「脂質」「肝機能」「肥満」それぞれのリスクを減らす
取り組みをご提案。ご自分で出来そうなものを選んで○×で記録！



バナーをクリックして参加登録



自分で決めた目標達成状況を記録

★ どうやって参加するの？★

① QUPiOにログインしましょう

Googleなどの検索エンジンで **三菱ガス クピオ** と入力し検索するか、
健保HPのバナーボタンから入ると下の画面が表示されます。



ID・パスワードを
入力して、ログ
インして下さい。

ID・パスワードを
お忘れの方は、
こちらをご利用
下さい。

② バナーから参加登録

9月1日より「QUPiO」マイページトップ画面に参加登録フォームが
表示されます。下記のバナーボタンから入り参加登録して下さい。



35歳以上でQUPiOの
ID・パスワードをお持ち
の本人・家族の方全員
がご参加いただけます。