

第三版！

船員のためのやさしい健康づくり

ヘルスコンパス

をお送りします

ヘルスコンパスとは？

船上での不規則な生活や
運動不足・食生活の乱れなど、
船員特有の事情に特化した
「船員のための健康づくり冊子」
です！

- 💡 船員の健康状態をクイズで
楽しく学べるコーナー
- 💡 船員のための健康レシピ
- 💡 船内でも簡単にできる体操など
船員の健康づくりのヒントが
ぎゅっと詰まった一冊です！

令和8年2月下旬に
全船舶所有者様および
全被保険者様に冊子を送付
予定です。
(船員保険部ホームページでも
公開します！)
ぜひご一読ください！

船員保険イメージキャラクター
かもめっせ



全国健康保険協会

船員保険

〒102-8016

東京都千代田区富士見2-7-2 ステージビルディング 14階

TEL 03-6862-3060

営業時間 午前8時30分から午後5時15分(土日・祝日、年末年始は除く)

メルマガ
「うみがめ〜る」
会員募集中



PICK UP 情報
船員保険部からの旬な
お知らせをいつでも
確認できます！

