

トヨタ自動車健康保険組合 Pep Up 年間イベントスケジュール

時期	タイトル	内容
毎日	ふれんどウォーク	ふれんど(しばいぬ)と一緒に歩いて、 楽しく手軽に健康づくりをしよう✦ しばいぬが歩数に合わせて応援やアドバイ スをしてくれます🐕
不定期	健康記事	専門職による信頼性の高い健康情報を発信。 記事を読んで3択クイズに挑戦！
10～11月	トヨケンちゃんCUP	今年も従業員を対象とした、事業主対抗の ウォーキングイベントを開催予定！ 職場の仲間と一緒に上位を目指そう✦
冬以降（仮）	睡眠イベント	日々の睡眠データを基にした、 睡眠改善イベントの実施を検討中です 🌙zzz