

けんこう通信



ひかり健康保険組合にご加入の皆様

～はじめよう！新習慣～

「ルネサンス 法人会員」としてお得にスポーツクラブをご利用いただけます！

会社の近く、出張先、家の近くで手軽に運動を始めましょう。

楽しい！続けやすい！ルネサンスで1-UP！



免疫カアップ！

カラダが変わると、仕事もさくさく！キレッキレ！

定期的に運動を取り入れる「習慣」を作ることで、柔軟性、筋力・バランス能力が高まり、動けるカラダに！



代謝カアップ！

太りにくいカラダにチェンジしてリバウンド知らず！

筋肉を増やすことで、基礎代謝が高まり、太りにくいカラダに！スタッフのアドバイスも受けられるので、より効果的に！



血液カアップ！

一年中冷えないカラダで、健やかな毎日を！

ルネサンスでは多種類のヨガを受けられます。全身をほぐしてカラダの歪みを整えて、快適な日常生活を！



仕事カアップ！

運動を通じて、セルフマネジメントしよう！

ボディメイキングしたり、1週間にメリハリのある時間管理を行うと仕事へのモチベーションもぐっと高まります。

※写真はイメージです。※店舗により、施設、プログラム内容は異なります。

個人で入会するよりお得！ さらに全国のルネサンスが利用できます！



いつでも通えて月額固定

使いたい放題 Monthly

8,424 円/月 (税込)

月ごとに変更可能 (変更手数料なし)

お好みに合わせて2タイプ

自分のペースで都度払い

1回ごとに 1 Day

法人会員 限定プラン 1,620 円/回 (税込)

ご入会に必要なもの

お近くのルネサンスでご登録ください。事前に **WEB入会登録** をしていただく便利です。

健康保険証

Monthly コーポレート会員のみ 右記も必要です

月会費2ヶ月分 ご利用開始日 (1日・8日・16日・23日) に よって異なります。

ルネサンスカードの口座設定が WEBで完了していない方は、キャッシュカードと通帳 ※後日郵送による書面での口座設定をご希望の方は不要 ※アリオ札幌、北砂、徳山へご入会の方は、支店名、口座番号がわかるもの + 提出回数もしくは金融機関キャッシュカードをお持ちください。

※ご入会の方はルネサンスカード（イオンもしくはジャックス）の申し込みが必要です。（会費はルネサンスカードからの引き落としとなります。）

» [ルネサンス 法人会員](#)



けんこう通信

ご家庭のパソコンへ、保健事業に関するお便りを配信しております。

ご希望の方は、メールアドレスを添えて、[当組合](#)までお気軽にメールください。

ご相談はこちらから

■ ころとからだの健康相談



0120-835-839

※専用電話・所在地からも
ご相談いただけます。



■ ころとからだの相談ポータルサイト「健康・ころのオンライン」

ひかり健康保険組合

〒171-0022 東京都豊島区南池袋 3-13-5 光 3 号ビル 8F

☎03-5951-7422 📠03-5951-9663

2017/04/20