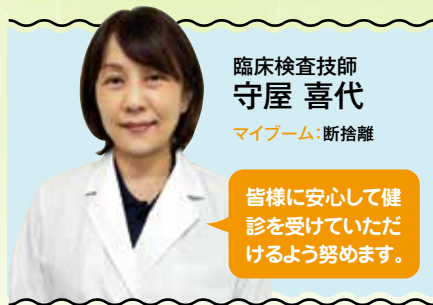




臨床検査技師
守屋 喜代

マイブーム:断捨離

皆様に安心して健
診を受けていただ
けるよう努めます。



診療放射線技師
竹下 瑞妃

ニックネーム:みーちゃん、
みずきちゃん
マイブーム:海外ドラマ鑑賞

自分のできることを一
生懸命頑張ります!よ
ろしくお願いします!



健診課車両係
小林 優

マイブーム:サイクリング

安全運転で皆様の
もとに伺います。

命は食にあり!

協会スタッフの お弁当事情



Uさんの 彩りわっぱ弁当



お弁当歴

14年
(以前は子どもの弁当も)

こだわり

お弁当箱にはこだわっ
ていて、わっぱにして
います。前日の夕食で
作ったお浸しなどの副
菜を入れています。

彩りが少ない時は、
自家栽培のハーブを
入れると、色も香りも
いいんですよ。



管理栄養士から

どちらのお弁当もとても彩りが良いですね!
主菜や副菜のバランスも良く、暑い夏も元気に乗り切れそうです♪

Mさんの 体を想う愛妻弁当



量が多いと眠くなる
ので、少なめに作っ
てもらっています。



お弁当歴

8年

こだわり

冷凍食品を使ってい
ないところです。

心がけていること

残さずに食べる!

9月は「がん征圧月間」です。

がんは、早期発見、早期治療することで、死亡率を下げることができます。

検(健)診は“不要不急”ではありません!定期的に受診しましょう。

サニテ

「座りすぎの健康リスクを避けるために、
〇〇に1回は立ち上がろう」
〇〇にはどれが入るでしょう?

- A 2時間
C 30分

- B 1時間
D 10分

応募方法

サンテクイズに正解した方の中から抽選で
3名の方にクオカード1,000円分をプレゼン
トします。必要事項をご記入の上、宮崎県
健康づくり協会HPのサンテクイズ応募
フォームまたはハガキにてご応募ください。
いただいた個人情報はプレゼント発送のみ
使用させていただきます。

前回のサンテクイズの答え A.セロトニン でした!

必要事項

- ①サンテクイズの答え
- ②年齢
- ③お名前
- ④郵便番号、住所
- ⑤サンテの感想、ご意見など

応募締切 令和3年10月8日(金) 当日消印有効

当選者の発表はプレゼント発送をもって代えさせ
ていただきます。クイズの答えは
次号で発表します。

応募先

応募フォーム
はコチラ



〒880-0032 宮崎市霧島 1-1-2
宮崎県健康づくり協会 「サンテ宮崎」編集係