

(メタボ健診)

40歳以上の被扶養者の方は、年に1度は特定健診を受診しましょう!

ご家族に健診を プレゼントしませんか?

皆さん、毎年健診を受けていますか?

当健保組合のご家族の健診受診率は低い傾向にあります。今年も1年健康で過ごすために「健診を受けてみたら」と一言をかけ、ご家族に健診をプレゼントしてみませんか?



健診は**メリットがいっぱい**なのです!

毎年健診を受ければ、体の経年変化を確認できます!

毎年健診を受けていれば、自分の体の「経年変化」をチェックすることができます。

ご家族の方で、「最近体が重く感じる」と言われることはありませんか? 体重だけでなく、血圧や血糖値など、検査数値を確認し、まだ異常値でなくても徐々に悪化している数値があれば生活習慣を見直してみましょう。

病気を早期発見することができます!

体調が悪いと感じて病院に行ったら、病気がかなり進行していたというケースがよくあります。

特に、生活習慣病の多くは自覚症状がない場合が多く、健診を受けずに放置していると、知らないうちに重症化して手遅れということも。今どこも悪くないと感じていても、定期的に健診を受け、病気の芽がないかチェックしましょう。

病気を早期発見することで、医療費や治療期間が少なくて済みます!

健診の未受診や再検査を放置して、病気が重症化してしまうと入院も長期にわたることになり、医療費も高額になってしまいます。

定期的な健診受診は病気の予防だけでなく、医療費の負担増加も予防します。

健保組合の健診なら、補助があります!!

健診を受けると数千円～数万円掛かりますが、当健保組合の健診なら、費用補助が受けられます。

40歳以上の被扶養者なら8,500円+税までの実費補助があります!

伊藤ハム健保組合からの年賀状をぜひご確認ください!!

当健保組合では、健診未受診者の方に、健診案内の年賀状をご送付しています。年賀状が届いたご家庭は、ぜひ内容をご確認いただき、年度内に健診を受けていただきますよう、よろしくお願いいたします。

心地いい暖かさでも、やけどします!

監修：大阪成蹊大学教育学部教授 岡田邦夫

暖房器具による 低温やけどに注意

1月末から2月初旬は、1年でもっとも寒い時期。寒さ対策として、寝るときに湯たんぽを使ったり、外出するときに使い捨てカイロを腰に貼ることも珍しくありません。その際に注意したいのが「低温やけど」。通常のやけどより治りにくく、重症化することもあります。



詳しくはWEBで▶

