

月刊

けんぽの
処方せん

5月号



健康づくりのヒントが満載！あなたの健康ライフをサポートする情報誌

小野薬品健康保険組合

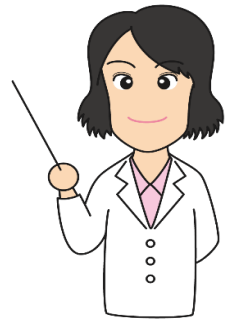
「人間ドック、今年も始まってます！」



健康診断は…

「自覚症状のない身体の変化を“見える化”し、
病気の早期発見・予防につなげる大切な習慣」

---あなたの健康を守るための最も手軽で効果的な投資です！---



今年も既に60%の方が
予約いただいています。
まだの皆さんもお早めに！
配偶者もご一緒に！

🔗 健康診断で得られるメリット

■ 早期発見・早期治療

💡 重症化する前に発見することが大切です

異常を早期に見つけることで、治療期間や身体への負担を大きく軽減できます。

🏠 健康診断・がん検診でのがん発見率 ➡ 約 0.1%~1% (1,000人中1~10人程度)

⚠️ 要精密検査と判定された方へ

速やかに再検査・精密検査を受診し、必要に応じて結果の報告をお願いします。

■ 生活習慣の見直し

🍎 自分の生活を振り返るチャンス

血液データや検査結果から、食事・運動・喫煙・飲酒などの改善ポイントが明確になります。

■ 健康寿命の延伸

❤️ 将来の重大な病気を防ぐために

心筋梗塞や脳卒中など、生活習慣病による重大な疾患の予防につながります。

■ 経年変化の把握

📊 毎年の積み重ねが重要です

データを比較することで、過去との変化に気づき、早めの対策が可能になります。

■ 特定保健指導

👤 専門家がサポートします

健康リスクがある場合、生活改善に向けた具体的なアドバイスを受けることができます。

🌱 まとめ

年に一度の健康診断で自分の身体の変化を確認し、早めの対策で健康の維持・増進を目指しましょう。