

▶1月7日から

定期健診・生活習慣病健診が開始

健診は、現在の健康状態と将来の罹患リスクを探るためのとても有効な方法で、今年も事業所の協力を得て各店舗にて集団健診を実施します。日程表は「事業所からのお知らせ」と「勝又ニュース12月号」でご案内します。今年度も厚生労働省では、風しんの感染拡大を防ぐために「風しん抗体検査」を実施することになり、事業所に対して定期健診の際に同時に実施できるよう要請がありました。

■ 風しん抗体検査について

風しん抗体検査のお願い

- ・風しんの感染拡大を防ぐため、市区町村から対象の方にクーポン券を送付しています
- ・対象の方は
「昭和37年4月2日～昭和47年4月1日までの間に生まれた男性」です
- ・抗体検査は医療機関などで採血して行いますが、毎年1～2月に実施の定期健診で受けて頂くこともできます



風しんはどんな病気？

- ・風しんウイルスが感染者の咳やくしゃみなどによって他人にうつる、感染力の強い感染症です。
- ・感染後、2～3週間で発疹・発熱・リンパ節の腫れなどが認められます。また、重篤な合併症を併発することがあります。
- ・感染しても症状が全く出ない人もいます。症状が出る1週間前後は、周りの人にうつす可能性があります！

対象者の方は、必ず検査しましょう



もし妊娠早期の妊婦が感染すると…
生まれてくる赤ちゃんが「先天性風しん症候群(CRS)」になる可能性があります

先天性風しん症候群とは…
・目や耳が悪くなる
・精神や身体の発達に遅れが生じる
・心臓に障害が出る

定期健診での検査の流れ



◆定期健診受診時に下記の3つの書類を提出

- ①定期健診の受診票
- ②抗体検査対象者に配布する受診票
- ③市区町村から送られてきたクーポン

◆血液検査で採血の時、通常は2本採血しますが風しん抗体検査分としてもう1本採血します。

◆検査結果は健診結果と一緒に送付されます



○保険証を大切に、退職時には必ず返しましょう
○保険給付支給通知書は大切に保管しましょう
○医療費控除を受ける時
○必要になります。

■ 生活習慣病を知ろう！

がん、循環器疾患、糖尿病、COPD(慢性閉塞性肺疾患)などの生活習慣病は、私たちの医療費の約3割、死亡者数の約6割を占めており、急速に進む高齢化を背景として、その予防は私たちの健康を守るために、大変重要となっております。

身体活動・運動習慣

インスリン非依存糖尿病、肥満、高脂血症(家族性のものを除く)、高血圧症等

栄養・食生活習慣

インスリン非依存糖尿病、肥満、高脂血症(家族性のものを除く)、高尿酸血症、循環器病(先天性のものを除く)、大腸がん(家族性のものを除く)、歯周病等

飲酒習慣

アルコール性肝疾患等

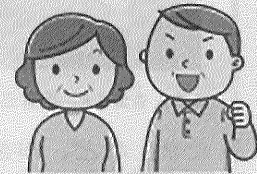
喫煙習慣

肺扁平上皮がん、循環器病(先天性のものを除く)、慢性気管支炎、肺気腫、歯周病等

☆詳しくは厚生労働省HPをごらんください



日頃から予防する



普通の生活習慣で病気を寄せつけない!!

身体活動・運動

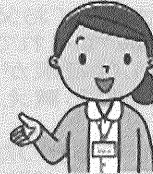
栄養・食生活

飲酒

たばこ

健康寿命を伸ばすための基礎知識です。

定期的に振り返る



健診結果は大丈夫? 気になる項目をチェック

肥満・メタボリックシンドローム

血圧

脂質異常(コレステロールなど)

血糖(糖尿病)

健診結果の意味やからだの状態がわかります

病気について知る



どのような病気なの? 検査や治療の方法は?

脳卒中(脳血管疾患)

心疾患

糖尿病の合併症

がん

COPD(慢性閉塞性肺疾患)

それぞれの疾患について解説します

● 勝又健保からの優待券のお知らせ (優待券は勝又健保に電話でお申し込みください043-227-2125)

※優待券はなくなり次第終了です。※お電話の際は保険証の番号をお聞きますので準備をお願いします。※1家族1回まで

■ 山武市成東観光苺組合のいちご狩り

★下記入園料から400円引き

山武市成東観光いちご組合入園料金一覧表

期間	大人 (小学生以上)	小人 (6歳～4歳(未就学児))	幼児 (3歳以下)
(※1) 12月下旬～1月4日	2,000円	1,600円	(※2) 500円
1月5日～3月24日	1,700円	1,300円	(※2) 500円
3月25日～4月6日	1,500円	1,100円	(※2) 500円
4月7日～5月5日	1,200円	800円	(※2) 500円

注 ※1 12月下旬～1月4日の期間は、予約が必要です。開園しています苺園にて予約をお願いします。
※2 お子様のご入園は保護者の方と一緒にお願いします。

■ 千葉こどもの国 Kidsdom 入園割引

大人券(高校生以上) 窓口支払金 **500円**
(一般料金 900円)

子供券(小学生・中学生) 窓口支払金 **100円**
(一般料金 300円)

幼児券(3歳～小学生未満) 窓口支払金 **無料**
(一般料金 200円)

