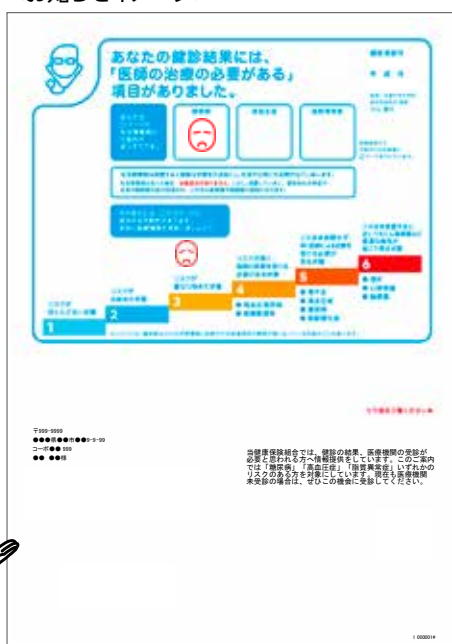


# 「健診結果に関する重要なお知らせ」 について

健康診断受診者のうち「血圧」「脂質」「血糖」の検査数値で、より重症度の高い方を対象として日本人間ドック・予防医療学会で公開している「要精密検査・要治療」の判定基準値をひとつでも超え、健診受診後に、生活習慣病対象疾病の通院歴がない30歳以上の被保険者および被扶養者の方を対象に、当組合より医療機関への受診を促す受診勧奨通知を送付しております。

お手元に通知が届いた方は、生活習慣病が強く疑われる状態にあります。生活習慣病の多くは、発病してもかたまり進行するまで自覚症状がほとんど現れないという共通点があります。そのため、生活習慣病のリスクがあっても放置してしまう方が少なくありません。生活習慣病へ進行する前に、医療機関で適切な治療を受けましょう。

<お知らせイメージ>



## ■生活習慣病の原因ランキング

| 原因              | リスク               |
|-----------------|-------------------|
| 1位 <b>偏った食事</b> | 糖尿病、高血圧、脂質異常症など   |
| 2位 <b>運動不足</b>  | 肥満、高血圧、糖尿病など      |
| 3位 <b>喫煙</b>    | がん、心臓病、脳卒中など      |
| 4位 <b>過度な飲酒</b> | 肝臓病、高血圧、糖尿病など     |
| 5位 <b>ストレス</b>  | 高血圧、糖尿病、消化器系の病気など |
| 6位 <b>睡眠不足</b>  | 免疫力の低下など          |



生活習慣病の  
主な種類

✓ 三大疾病：がん、心疾患、脳血管疾患等

✓ 糖尿病

✓ 高血圧

✓ 脂質異常症

✓ 肝硬変

✓ 慢性腎不全

生活習慣病の予防には、これらの原因となる生活習慣を改善することが重要です。

問合せ

東京実業健康保険組合 健康管理課 〒103-8465 東京都中央区東日本橋 3-10-4  
TEL 03-3663-1361 (代)

