

健診で

家内竈全 家庭円満

健保の健診は  
メリットいっぱい♪

健診で  
家族の健康  
招くのニャ！

ご家族にも  
ぜひお声がけを！



#### 生活習慣の見直しに

健診結果には要注意の段階からマークが。タバコ、お酒の飲みすぎ、甘いものの食べ過ぎ、睡眠不足など、良くない習慣の改善に役立ちます。

招福

#### ご家族分の費用もおトク

ご本人分に加え、ご家族(被扶養者)の費用も健保が補助!ご家族で受けると、よりおトクです。希望の医療機関で受けられるのもポイント。

招福

#### プロのアドバイスも

メタボのリスクが高い人は、保健師等のプロからアドバイスがもらえる「特定保健指導」を無料で受けられます。対象になった方は、ぜひご利用ください。

招福

#### ついでにがん検診も!

今や2人に1人がかかるがんですが、早期発見なら治る確率が高い!健保の健診なら、対象年齢の方はオプションでがん検診も受けられます。定期的に受けるのがオススメです。

※多くの自治体でもがん検診を行っています。

女性は、婦人科検診  
(乳がん検診・子宮頸がん検診)  
の受診を!



#### 「Withコロナ」の中、健診は受けるべき?

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、病院に行くことに抵抗感がある方も多いかもしれません。ただ、健診を受けないと「病気の芽」に気づかず、あとで大変なことになる可能性もあります。健診機関の受け入れ体制を確認したら、ぜひ健診を受けましょう。なお、受診の際は、医療機関の指示に従って、マスク着用・アルコール消毒などの感染対策を行ってください。

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、受け入れを休止することがあります。必ず最新の情報に従ってください。

## けんぽお知らせ板