

自分の健康は 自分で守る。 それだけでいいのだろうか。

運動、食事、睡眠。

かかりつけの医師や薬剤師をもつこと。

健康を守るために、個人でできることがある。

しかし、社会ができることはもっとある。

健診を受けてもらうだけで

終わりにしない。

その結果を生活改善や

保健指導に活用することで、

見過ごされてきた病気の芽を

摘めるかもしれない。

働く環境は適正か。

生活環境にも目を配れているだろうか。

メンタルヘルスを含めて、

健康を守るための情報が不足していないか。

病気を防げる社会を目指して

企業と手を取り合い、

理想の環境づくりを考えていく。

健康を支える、**原動力**でありたい。

社会を動かす原動力。健康保険組合の“4つの約束”。詳しくはこちらから ▶

