

【特定保健指導の利用券が届いた方へ】

「特定保健指導」で生活習慣病のリスクを減らしましょう

メタボ先生
元気ないですね。
どうされましたか？

特定保健指導の利用券が届いたんです。メタボリックシンドロームらしいんだけど自覚症状ないし、忙しくて時間ないし、特定保健指導なんてめんどうだなあ…

メタボ先生、特定保健指導は受けたほうがいいですよ。実は私も、血圧や血糖値が高くて保健指導を利用したことあるんです

えっ、元気先生がですか！そんなに元気そうなのに？

特定保健指導のおかげです。食事や運動など、生活改善のための具体的な指導をしてくれるんです。思い切って指導を受けて本当に良かったです。メタボって放っておくと大変なことになるんですよ。重症になる前に予防するのって大切です

スッキリ！！

私も、何とか時間を作って特定保健指導に行くことにします。転ばぬ先の杖ですね

特定保健指導は…

無料です！

どんな人が該当するのですか？

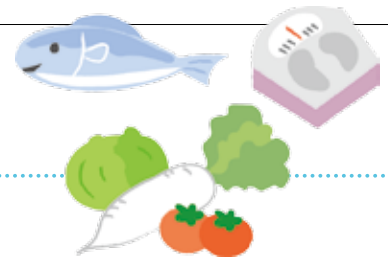
健康診断や特定健診の結果、将来、糖尿病・高血圧症・高脂血症などの生活習慣病が原因の疾患になる可能性が高いと判断された方です。

指導の内容は？

医師や保健師などから、生活習慣を見直す専門的なアドバイスを受けることができます。

利用方法は？

対象者には、特定保健指導の利用券と、実施医療機関一覧が送付されますので、お近くの医療機関を選んで予約してください。(有効期限は平成27年3月31日までです)



※特定保健指導の内容及び実施医療機関については、東京支部ホームページでもご覧いただけます。

東京支部ホームページ <http://www.kouritu.go.jp/tokyo/>

問合せ先 福利厚生課厚生係 **03-5320-6821**