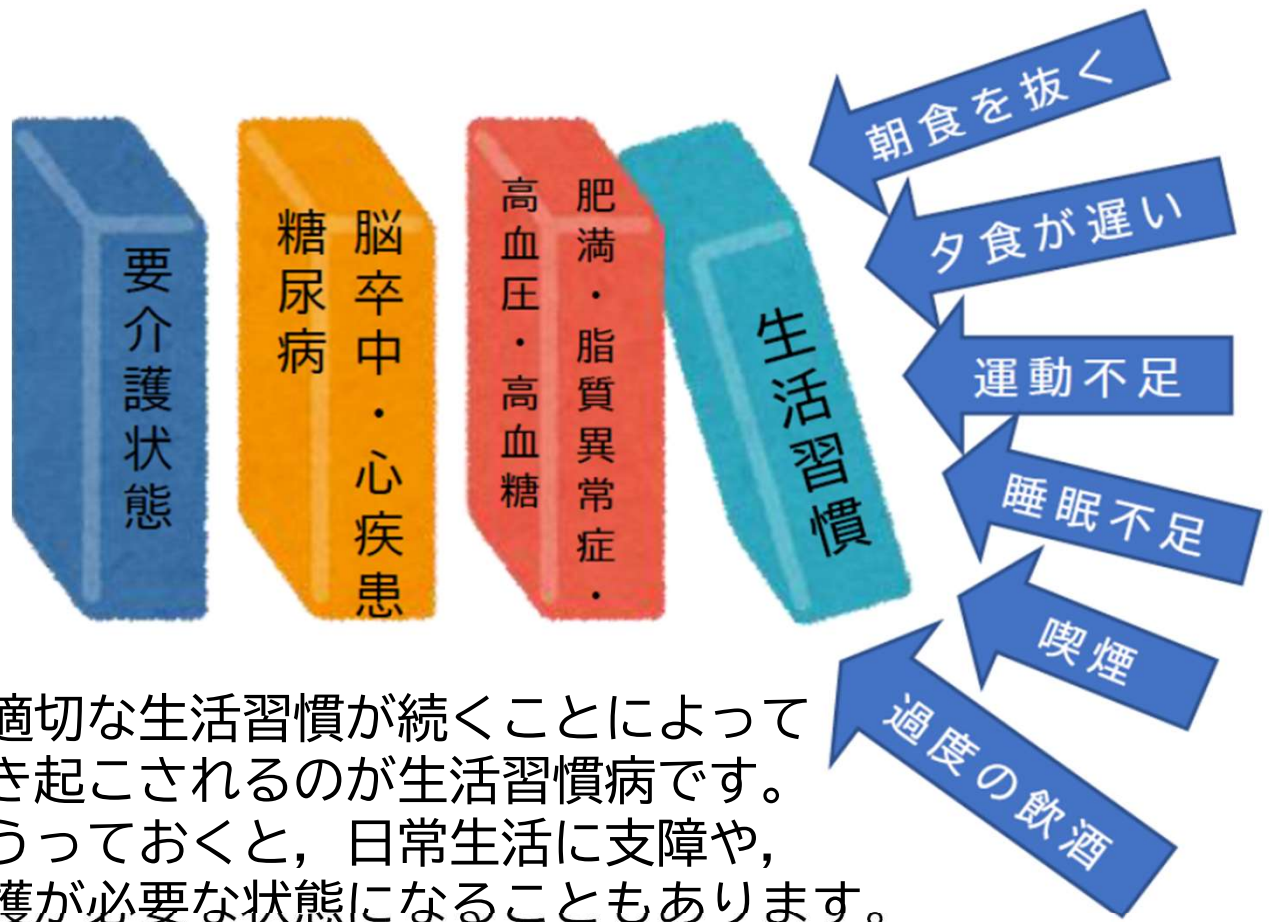


健康診断の結果はいかがでしたか



不適切な生活習慣が続くことによって引き起こされるのが生活習慣病です。ほうっておくと、日常生活に支障や、介護が必要な状態になることもあります。

健康診断の結果は、「からだ」からのメッセージです

- 毎年、少しずつ数値が悪化しているもの、急激に変化しているものはありませんか。
- 「要再検査」や「要精密検査」などの判定を受けたら自己判断は禁物です。そのままにせず、保健師、看護師に相談、健診を受けた医療機関やかかりつけ医を受診しましょう。
- 保健指導をすすめられたら、健康になるチャンスです。生活習慣改善の相談を受けましょう。