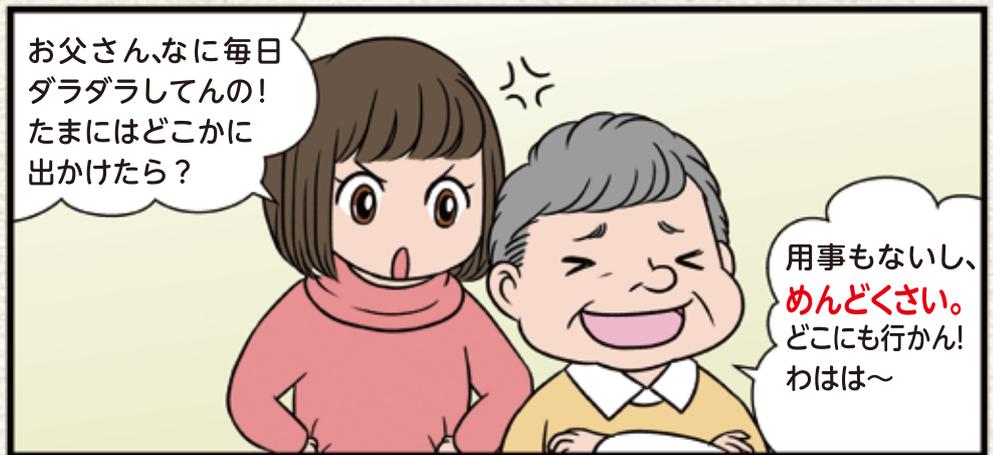


国保の未来 について 考えよう

問 保険医療課 ☎56-0618

第2話 「不健康な生活のツケは自分に…」



健診結果から見ると

※平成27年度

5人のうち3人が
1日1時間以上、
体を動かして
いない

5人のうち2人が
睡眠不足でストレス

4人のうち1人が
お腹まわりがメタボ

10人のうち1人が
週3回以上、
夕食後に間食
(アイス・お菓子)

疑問に思ったらお電話を

せっかく健診を受けたのに、その見方がわからない。そんな人は、結果票を手元に置いて、保険医療課までお電話ください。