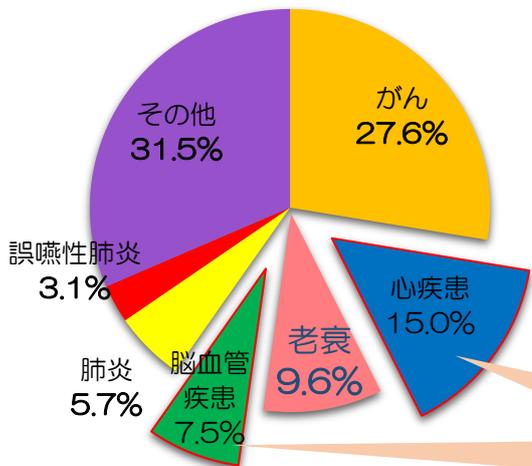


2月は生活習慣病予防月間！

死因別構成割合



「生活習慣病」とは、「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に關与する疾患群」のことをいいます。

不健康な生活習慣は、高血圧、高脂血症、糖尿病などを引き起こし、血管の老化・動脈硬化を進行させてしまいます。日本人の死亡原因は心疾患と脳血管疾患とを合わせた動脈硬化性疾患の割合が22.5%と未だ高い傾向にあります。
(厚生労働省 令和2年 人口動態統計より)

動脈硬化性疾患 22.5%

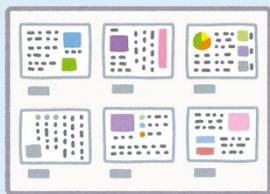
生活習慣を見直し、健康寿命を延ばしましょう！！

キャンペーン期間中の催し

2/14
2/18

情報展示コーナー

2階健診フロアにて生活習慣病予防に関するパネルを展示しています。ぜひご覧ください。



生活習慣病予防 DVD 上映

日常生活で気を付けるべきポイントや、生活習慣病予防におすすめのウォーキングの効果的な歩き方などについて、DVD 上映します。ぜひ、この機会にご自身の生活習慣を見直してみたいかどうかでしょうか。

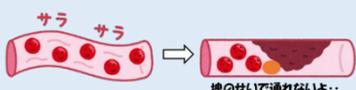
場所：2階 健診フロア



おすすめオプション検査(有料)

動脈硬化検査

動脈の硬さや、血管のつまり具合を調べる検査です。動脈硬化の程度が分かります。高血圧や高脂血症、糖尿病などの病歴をお持ちの方にお勧めです。



5,500円
(税込)

管理栄養士による食事診断

改善した方がよい食事習慣や食事の内容についてアドバイスを行います。



※食事診断は1人20分程度
結果票はお持ち帰りいただけます。

1,100円
(税込)

健康運動指導士による 体成分測定

人体を構成する体水分、タンパク質、ミネラル、体脂肪、筋肉量を分析し、栄養状態に問題がないか、身体バランスはよいかなどを評価する検査です。結果に応じてアドバイスを行います。



※検査は午前中となります

1,100円
(税込)