

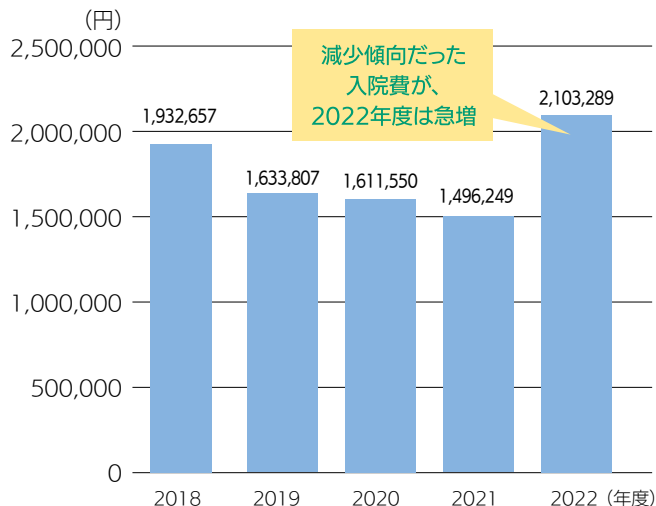


放しちゃうぞ！

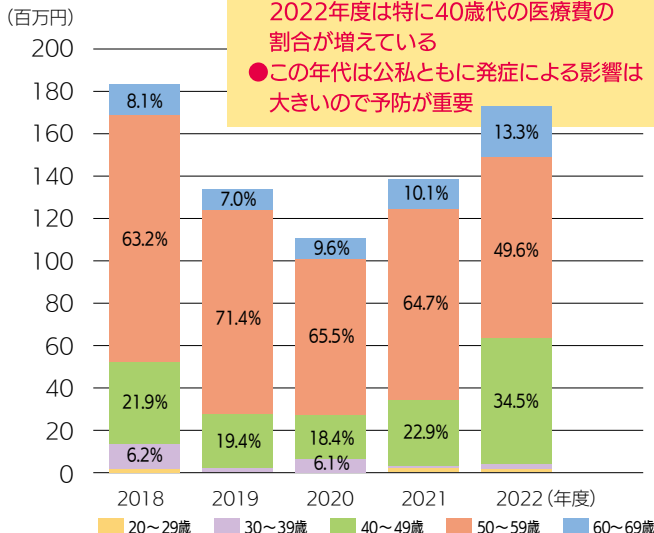
循環器疾患（虚血性心疾患、脳血管疾患など） 重症化予防プログラムをお勧めしています!!

IBM 健保加入者の循環器疾患が増えています

● 1人当たり医療費



● 年齢別医療費



当健保組合加入者の入院レセプトより

生活習慣改善で重症化を防ごう

循環器疾患は重症化すると深刻な病気を発症し、重篤な後遺症が残ると本人だけでなく社会的な負担も大きくなります。発症リスクには高血圧、肥満、糖尿病、脂質異常などがありますが、これらのリスクは食事や運動、禁煙など、生活習慣の改善で減らすことができます。

IBM 健保組合でお勧めしているプログラム

当健保組合では健康づくりをサポートするさまざまなプログラムを用意しています。生活習慣の改善、重症化予防にお役立てください。

特定保健指導

厚生労働省のガイドにもとづき、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による効果が多く期待できると判定された人に対して行われる健康支援のことで、主にメタボリックシンドロームの予防や解消を目的に実施します。

IBM 健保 検索 → 「保健事業」 → 「特定保健指導」

重症化予防プログラム

40 歳から 65 歳の方で、健康診断結果にて同性同年代と比較し循環器疾患リスクが高い方、糖尿病リスクが高い方を対象として保健指導を実施します。

IBM 健保 検索 → 「保健事業」 → 「重症化予防プログラム」

禁煙プログラム

スマートフォンを活用し、テレビ電話で医師による診察を受け、必要な方に禁煙補助薬を処方します。専用アプリで長期間段階毎にサポートします。

IBM 健保 検索 → 「保健事業」 → 「禁煙プログラム」

禁煙はリスク改善の近道。「オンライン禁煙プログラム」参加者募集中!!

なんと無料! スマートフォンで完結 テレビ電話で医師が診療、お薬はご自宅に

喫煙は本人の健康のみならず、受動喫煙による家族の健康にも大きな影響が出る事が知られています。ぜひ、ご参加ください。

- 参加費：通常 60,500 円の禁煙プログラムが、自己負担 0 円
- 対象：20 歳以上の日本 IBM 健保加入者で禁煙したい方
- 申込方法：日本 IBM 健保 HP 「禁煙プログラム」をご参照ください。

