



「受けとけば良かった」「受けていて良かった」は大きく違う！あなたは健診(検診)を受けていますか。

**健診**

健診を受けている

健診を受けていない



健診(検診)を受けると・・・

健診(検診)を受けないと・・・

- 体の変化にいち早く気づくことができる
- 健康状態を把握することができる
- 医療費の負担が少ない
- 生活習慣を見直すきっかけになる

- 体調の不調に気づきにくい
- 自覚症状が出たときには、重症化している恐れがある
- 治療が必要になると医療費の負担が大きい

元気で自立した生活が続く

通院や介護が必要な生活になる恐れがある

長く、元気に働きたいと思ったあなた！年に1度は、健診(検診)を受けましょう！

### ＜働き盛り世代の現状＞

**早世の割合が高い**

早世とは・・・65歳未満で亡くなる者

- 男性は、平成17年から10年連続でワースト1位
- 女性は、平成24年から4年連続でワースト1位

那覇市の働き盛り世代(65歳未満)は、何が原因で亡くなるのか？

**男性**

- 1位 がん
- 2位 心疾患
- 3位 脳血管疾患

**女性**

- 1位 がん
- 2位 自殺
- 3位 脳血管疾患

※上記の病気は生活習慣を見直すことで予防が可能となります

生活習慣病は、予防できる病気です！健診を受けて予防対策をしましょう



がん検診も忘れずに受診しよう

早期発見・早期治療

**沖縄県・那覇市は、男女とも全国ワースト1**

働き盛り年代が亡くなると、一家の大黒柱を失ってしまう

知ることから始めよう！毎日の健康づくりは、健診(検診)から！