

ケンポトピックス

H 23 5月
NO. 191

5月31日は

世界
禁煙デー

禁煙



タバコはやめるのではなく治す時代です!!

健康保険で『禁煙治療』を受けられます。お医者さんと相談しながら禁煙補助薬を飲むだけです。成功率は8割!! いままで何度も禁煙に失敗している方や、健康のために本数を減らして減煙している方、ニコチン依存症の治療をはじめませんか? これは『がんばらない禁煙』です!

1ミリの軽いタバコにしたら
影響は少ないでしょ?

いえいえ。

軽いタバコにしても、さらに体がニコチンを吸収しようとするので、本数が増えたり、深く吸ってしまうので、体への害は同じです。



タバコを吸っていても
危ないのは肺がん
くらいでしょ?

いえいえ。

肺ガン、喉頭ガン、膀胱ガン、子宮頸ガン、動脈硬化が原因で起こる心臓の病気や脳卒中、また糖尿病やメタボ、胃潰瘍、不妊などのリスクが高くなるほか、手術後の経過に悪影響を及ぼすことも知られています。



換気扇の下で吸って
いれば周囲に害
はないでしょ?

いえいえ。

換気扇の真下や戸外で吸っても、煙に含まれる有害物質は広い範囲にあつという間に広がり、髪の毛や服に付着するほか呼気にも含まれ、長時間残ります!

今さらやめても
おそいでしょ?

いえいえ。

60歳、70歳になってもおそすぎることはありません。でも、病気予防のためには、できるだけ早いほうがいいんです!



じゃあどうしたら
やめられるの?

禁煙成功の秘訣は、「上手に」禁煙すること。例えば、お医者さんと相談しながらの『禁煙治療』です。

禁煙
NO SMOKING



最後の禁煙にしませんか?

<申請書の書式変更>

平成23年度4月より、人間ドック・主婦健診・女子被保険者ガン検診の申請書が変更となりました。

(各申請書はHPより出力できます。)

新しい書式のみでのお取扱いとなりますのでご注意ください。人間ドック・主婦健診・女子被保険者ガン検診は契約健診機関で受診するようにしてください。また、健保への事前申請がないと補助金の対象となりませんのでご注意ください。(全額自己負担となります。)

23年度の保健事業の内容は、ご自宅に郵送いたしました『保健事業のご案内(保存版)』をご覧ください。

保養所補助金制度の廃止について

小田急グループ健康保険組合では、厳しい健保財政のため、平成23年9月30日宿泊分をもちまして、熱海・箱根リフレッシュクラブの保養所補助金制度を廃止いたします。なお、補助金のご請求は23年10月31日までとなります。ご注意ください。

長らくのご利用ありがとうございました。

※共済組合の扱いは今までどおり変更ありません。

小田急グループ健康保険組合
ホームページアドレス <http://www.ogkenpo.com> をご覧ください

健康ニュース掲載!

<<ほけんし☆なう。>>

深夜・交代勤務者のための体調管理

ホームページを是非ご覧ください!

