

事業所名
所属名

殿

(記号番号 -)

北海道農業団体健康保険組合

減る脂（ヘルシー）プログラムへのお誘い

いかがお過ごしでしょうか。

突然の手紙で驚かれたことと思います。

* 当健保組合では、健診でコレステロールが高めの方に、プログラムのお誘いを差しあげています。 *

最近、生活習慣が病気の発生に大きく関わっているといわれています。高血圧や糖尿病、動脈硬化などがあります。これらのものは心疾患や脳卒中へとつながる可能性を秘めています。

特に、動脈硬化は生活習慣による影響を大きく受けます。その動脈硬化になる原因の一つに高脂血症があることは、皆さんもご存知のことと思います。高脂血症は、食事内容の変化に伴って年々増加してきています。

そこで、高コレステロール・高中性脂肪から続く動脈硬化を予防するため、食事や生活習慣の改善に取り組んでみませんか？

健康のために良い習慣をつけることにチャレンジして欲しいとの願いを込めてご案内します。

プライバシーは守られますので、ご安心ください。

<プログラムのお申し込みや質問、相談先>

・フリーダイヤル 0120-105-008

(平日9時～12時、13時～17時)

・電子メール (hokenhu@hokunoukenpo.or.jp)