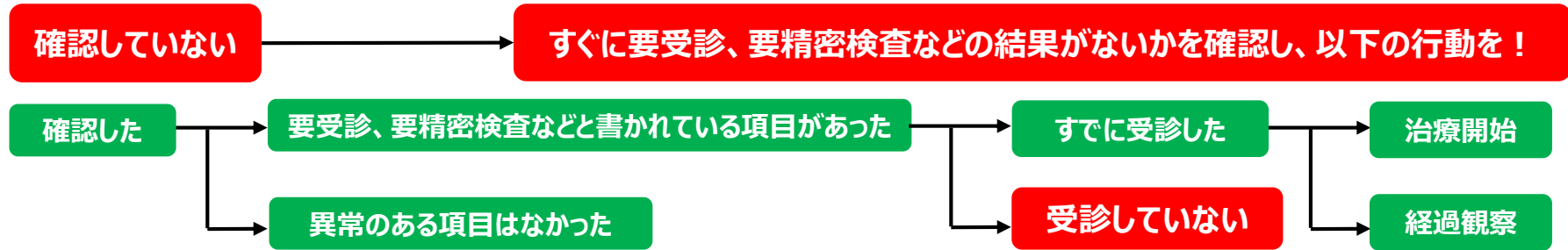


健康診断後に行うことについて【社員向け】

まず、今年度の健康診断の結果は確認済みですか？



未確認・未受診 : 病気を放置している可能性があります。必ず健診結果を確認の上、必要な場合は受診をしてください

治療開始 : 必ず医師の指示に従ってください。お薬が処方された場合は飲み忘れにご注意を！

経過観察 : 医師の指示に従い、再受診が必要な場合はその通りにしてください。※自己判断での中断は絶対にやめてください

異常なし : 加齢とともにがんや生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症など）のリスクが上がります。長く安全に働くためには禁煙、栄養バランスの取れた食事、適度な運動、十分な睡眠確保を心掛け、今後「要受診」「要精密検査」などの結果が出た場合はすぐに受診するなど、対処してください。

特定保健指導、重症化予防指導に該当になった方は、生活習慣を改める時です。
10年後のリスクを減らすために、必ず出席してください。

安全を守るためにも、健康を守る

ヤマトグループ健康宣言

平成22年制定。社員一人一人が心身ともに健康で、常に働く喜びに満ち溢れていることがお客様への最良のサービスにつながり、企業理念である「豊かな社会の実現」に貢献する源泉であるとし、社員が主体的に自身の健康づくりに取り組むよう明記されています。

➡脳卒中や心筋梗塞発症が原因の事故を防ぐためにも、運輸業従事者における健康管理は必須です。

