



KENPO
DAYORI

健保だより

西武健保ホームページからご覧いただけます。 <http://www.seibukenpo.or.jp>

No.1084

2022.1.5

西武健康保険組合



新年のご挨拶



西武健康保険組合
理事長 喜多村 樹美男

新年あけましておめでとうございます。

組合員の皆さま、ならびにご家族の皆さまにおかれましては、すこやかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。また、日ごろより当健康保険組合の事業運営に多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、公益財団法人日本対がん協会より、2020年のがん診断件数（胃、大腸、肺、乳、子宮頸部）が2019年と比べ、9.2%減少したことが発表されました。がんに罹患する人の割合はほぼ変わらないと考えられるため、新型コロナウイルスの影響により、健診（検診）の受診を控えた人が多かったことで、がんが発見されていないのではないかと推測されます。がんは早期発見することがとても大切です。がん検診をはじめとする健診（検診）は必要なことですので、過度な受診控えをすることなく、ぜひ受診をして健康管理に努めてください。

また、昨年厚生労働省・経済産業省・日本健康会議が発表した健康スコアリングレポートでは、当組合の組合員は全国の健康保険組合と比べて、喫煙率と生活習慣病のリスクが高いことがわかりました。それを受けて皆さまに取り組んでいただきたいのは、“禁煙”そして“運動習慣を身につけること”です。生活習慣病のリスクは、禁煙をすることや身体活動量を増やすことで低くなるとされています。新しい生活様式により家の中で過ごすことが多くなった昨今、意識的に運動機会を設けないと身体活動量は減ってしまいます。今までのご自身にはなかったニューノーマルな運動習慣を身につけ、健康づくりを行うように心がけてください。

最後になりましたが、本年が皆さまにとって幸多き一年となることをお祈り申し上げ、新年の挨拶とさせていただきます。

