

組合員健診は **いまが** おすすめ

さあ! **あなたも予約を!**

今年も特定健診の受診券が届く時期となりました。みなさん健診は毎年受けられていますか？北医療生協では班やお友達と一緒になど、「みんなで健診」をお勧めしています。一人で健診を受けるのに抵抗がある方はお仲間をお誘いしてみてもいいのではないでしょうか。

自分の変化を知ることが大切

代官班 **中野 里美 さん**

健診を受け始めたのは、班会の仲間に誘われたことがきっかけでした。友人は組合員健診をすでに受けており、私も健診が受けたくて組合員になりました。班会で4人の仲間と受診しています。今年も10月に健診を受け11月にお返し（健診結果説明）班会を予定しています。以前に受けた保健大学では矢崎先生より「毎年の健診で自分の体の変化を知ることが大切」と教えていただき、毎年欠かさず受診することを強く意識するようになりました。昨年の健診結果では体調に変化があったので、プールにも通い、甘いものの食べ過ぎなどにも注意して生活しています。



今年もみんなで組健を受けに行こう!

守山東支部 **コスモス、かぼちゃ、やぶた班 都築 禮子 さん**

私たちの班では4～5年前から日曜組合員健診を班員みんなで受けています。班会受診の特徴の一つは、班長さんが班員全員のオプションを聞いて、予約をしてくれることです。もう一つは、健診が終わった後のボランティアさんによるモーニングコーヒーです。（※日曜組合員健診 限定）

私たちの地域は、診療所から少し離れているため、車で乗り合わせていきます。これも「みんなで組健受けに行こう!」という気持ちにつながっています。

組健の結果説明会も毎年定例となり、午前は体操・食事会をして午後に健診の結果を話し合う楽しい会となります。これも、世話好きな方がいるから班会も支えられ、みなさんの健康増進につながっていると実感しています。



日曜
組合員健診の
おすすめポイント

歯科組健 無料実施

歯科組健を無料で受けられます。お口は健康の入口。健診と一緒にぜひどうぞ!

(北病院・あじま診療所で実施)

送迎あり

日曜組健は無料送迎を行っています。班会やご近所の皆さんを誘うと迎えに来てもらえるところがいいですね♪

(送迎には条件があります。病院、診療所でお尋ねください。)

