

明治安田は香川県と連携し健康診断の受診を推奨しています

循環器病をご存じですか？

循環器病とは心臓と血管の病気のことをいいます
気付かない間に病気が進行し、ある日突然症状が現れ
命に関わることもある恐ろしい病気です*1

<主な循環器病>

脳梗塞
脳内出血
くも膜下出血

大動脈解離
大動脈瘤破裂

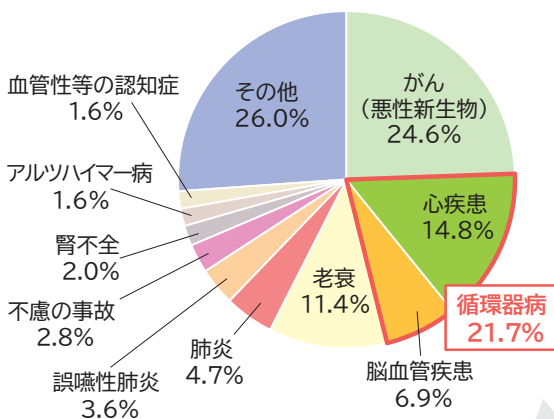
急性心筋梗塞
狭心症



循環器病について
1分でわかる動画
はこちら

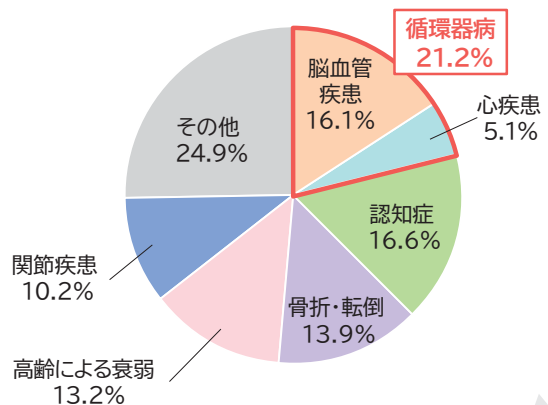
こんなに怖い循環器病

循環器病は死亡原因で
がんに次ぐ第2位です



出典:厚生労働省 2022年「人口動態統計(確定数)」

循環器病は介護が必要となった
主な原因で第1位です



出典:厚生労働省「国民生活基礎調査(2022年)」

循環器病を予防しましょう!

循環器病のほとんどは、動脈が硬くなったり細くなったりして
つまりやすくなる**動脈硬化**によって引き起こされます
動脈硬化は、高血圧・肥満・糖尿病などの**生活習慣病**や**喫煙**などが原因です*2
生活習慣を見直して循環器病を予防しましょう!

健康的な生活習慣*3

バランスの取れた食事



適度な運動



十分な睡眠



節酒



禁煙



ストレス発散



定期的な健康診断の受診は、
生活習慣病の予防や早期発見につながります*1

年に1回は必ず健康診断を受診しましょう!

※1 出典：厚生労働省「循環器病対策推進基本計画」 ※2 出典：日本循環器協会ホームページ ※3 出典：(公財)長寿科学振興財団「健康長寿ネット」



香川県の循環器病対策
ホームページはこちら

明治安田

明治安田生命保険相互会社

本社 〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-1-1
TEL 03-3283-8111(代表)
ホームページ <https://www.meijiyasuda.co.jp/>
二2400145業務