

# 印刷けんぽ

ニュース No.181

全国印刷工業健康保険組合  
東京都中央区新川1-5-13  
☎03-3551-9301  
平成30年4月4日発行

<http://www.insatukenpo.or.jp>



● ● ● 知っ得!! 健康情報 ● ● ●

## 健康診断の受け方、合っていますか？

健診の朝は水を飲んではいけない？ 薬を飲んではいけない？  
注意事項を守れば、OKなこともあります。

※健診ご担当者の皆様、従業員の皆様に注意事項の声かけをお願いします。

### 健診の心得5か条

- 【健診前日】
- 一、忘れるな  
明日は健診 今日禁酒
- 【健診日の朝く健診受診前】
- 二、アメやガム  
ジュース・コーヒー  
受けてから
- 三、要確認  
飲める時間と  
水の量
- 四、当日に  
薬飲むかは  
医者に聞く
- 【健診後】
- 五、健診を  
受けた結果で  
保健指導

みんなで確認じゃ！



- ① 禁酒をしないと、肝機能・血糖・尿酸・中性脂肪等の血液検査に悪影響があります。
- ② 健診前の飲食は、血糖・中性脂肪等の血液検査に悪影響があります。また、胃レントゲン検査など実施できなくなる検査があります。
- ③ 健診開始時間の何時間前まで、どれくらいの量の水を飲んでよいか、注意事項を確認しましょう。
- ④ 健診当日の朝も飲んだ方がよい薬かどうか、必ず主治医に確認しましょう。
- ⑤ 健診結果で要精密検査・要治療の場合は、必ず受診しましょう。案内があった場合は保健指導（健康相談）を受けましょう。

### 保健師・管理栄養士による 無料健康相談

保健師・管理栄養士が事業所に赴き、会議室等で20分程度の個別相談を行います。

健診結果などから、生活習慣の改善方法を話し合い、受診が必要な方にはお声かけします。



健康診断の結果と食事の写真を持ってきました

【お問合せ先】  
保健推進課（内線 506~508）  
E-mail: kenkousoudan@insatukenpo.or.jp



