

安心できる医療制度の維持のために 県民の皆様へのお願い

生活習慣病予防のため、年1回の健診を受けましょう。医療費や保険料の負担の増加を防ぐために適正受診など皆様のご協力をお願いいたします！



年1回の特定健診は必ず受診し、自分の健康状態を確認しましょう。



がん検診も受診し、がんの早期発見につなげましょう。



食生活をチェックし、バランスの良い食習慣に改善しましょう。



日頃から体を動かす習慣を身につけましょう。



禁煙に積極的に取り組み、病気になるリスクを減らしましょう。



定期的な歯科健(検)診で何でもかめる健康なお口を維持しましょう。



受診する際は、必ず保険証を提示しましょう。



気軽に相談できるかかりつけ医・かかりつけ薬剤師を持ちましょう。



緊急な場合を除き、時間外受診を控えましょう。



ジェネリック医薬品をかかりつけ医や薬剤師に相談のうえ、上手に活用しましょう。



重複受診やハシゴ受診は、やめましょう。



薬の飲み残しは、医療費の無駄となります。きちんと服薬しましょう。

石川県保険者協議会(石川県国保保険者、協会けんぽ、健康保険組合連合会石川連合会、
地方公務員共済組合石川県協議会・石川県後期高齢者医療広域連合・石川県)
協力団体:石川県医師会・石川県歯科医師会・石川県薬剤師会・石川県栄養士会・石川県看護協会