

フライトデック 健康だより



9月は「がん征圧月間」です

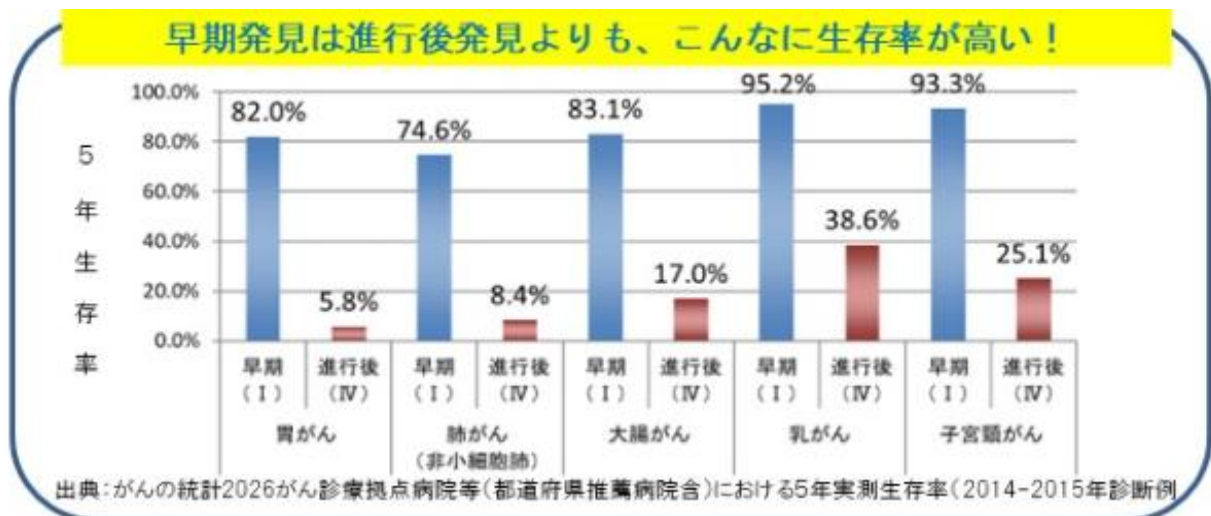


9月、がん征圧月間 | がん検診 定期受診は自己投資 | 公益財団法人日本のがん研究協会2026年度がん征圧スローガン

がんは誰もがかかる可能性のある身近な病気です。生涯のうちにがんにかかるリスクは、**男性61.1%、女性50.1%**で、**日本人の約2人に1人ががんにかかる**可能性があると言われています。

不治の病のイメージが強いがんですが、今や早期がんは治る確率が高く、身体への負担も少なくすることができると言われています。定期的ながん検診や、体調で気になることがあれば検査を受けましょう。

また、**①たばこ ②お酒 ③食生活 ④運動 ⑤体重 ⑥感染** 上記の6つはがんとの関連が科学的に証明されています。がんを完全に防ぐことはできませんが、健診や生活習慣の改善で「**なりにくくする**」ことはできるのです。



がんの早期発見と生存率 引用: 新潟県 HP

9月も熱中症対策を！

9月に入りましたが、まだまだ暑いですね。秋は、残暑の他に、夏の間に蓄積された疲労による「**残暑バテ**」が原因で熱中症を起こすことがあります。「もう秋だから」、「真夏ほど暑くないから」と油断することなく、水分補給や適度な休憩といった熱中症対策は引き続き行いましょう。会社の熱中症対策(飲料の提供)は、9月いっぱい行う予定です。



8/7 健康測定会



参加して下さったみなさん、ありがとうございました。わいわいと楽しく実施でき、私も嬉しかったです！測定してみてもの結果はいかがでしたか？今後も定期的に測定会や健康イベントを行っていく予定です。こんなことしてみたい！などアイデアがありましたら教えてください(^^)

あ！KSP アプリの登録はできましたか…？