

**医療と国民皆保険制度の
未来を変える**

みどりアクション

年に一度の健診は必ず受けることを自分との約束にしています(30代)一人ひとりのセルフメディケーションが将来の医療費を減らすと思う(50代)きいろをみどりにするためには、みんなが積極的にアクションを起こしていくことが肝要(80代以上)若いうちから健康習慣を身につけることが重要だと実感しています(50代)

忙しくても健診を受けたり、栄養のバランスを考えて食事したり、ウォーキング等の運動をしたり、自分の健康は自分で守ることを意識して取り組みます(60代)制度を守るため、私たち一人ひとりが「健康を守る行動」をすることが大切(20代)医療費が安いからといって安易に医療にからず、自らの努力で健康を維持していきたい(80代以上)若い人の負担で診察を受けられることに感謝(80代以上)健診結果が自分自身の健康寿命の物差しになっています(50代)皆保険制度を維持するためにはセルフメディケーションが重要(70代)ちょっとした不調は市販薬や生活習慣の見直しでケアして、必要なときはちゃんと医療機関にかかる。そんなバランスを大事にしたい(40代)皆保険制度は堅持したいので、人任せにせず自分ごととして取り組む(70代)健康でいることで医療費削減に努めたい(80代以上)自分でできることから取り組みたい(60代)

医療と国民皆保険制度の“きいろ信号”は あなたの“みどりアクション”で変わります

医療の未来は、制度だけで守れるものではありません。一人ひとりの「気づき」と「行動」が、医療を支え国民皆保険制度を次の世代へつないでいきます。

たとえば、給与明細の「健康保険料」を見る。自分が健康保険料をいくら払い、それが何に使われているのかを知る。

たとえば、どんなに忙しくても年に一度は健診を受ける。不調を早く見つけ、自分のカラダときちんと向き合う。

たとえば、軽い不調のときは、まず自分でケアするという選択をする。市販薬や生活改善で様子を見て、医療を必要なときに使う。

どれも今日からできること。そして、医療を大切に使うという意思表示です。一人ひとりの選択が集まれば、本当に必要な人に医療がきちんと届く社会になります。将来世代のためにも **医療と国民皆保険制度の“きいろ信号”を変えていく力、それが「みどりアクション」**です。

み

ど

り

見よう給与明細。

自分の健康保険料を知ることから始めよう。

どんなに忙しくても、必ず健診。

今年も、自分のカラダと向き合う日を。

理解しよう、セルフ メディケーションの力。

自分の健康を守ることから始まる。

国民皆保険制度を未来へ。あなたの声を聞かせてください。

「きいろをみどりへ」特設ページはこちらから >>>



ご意見はこちらから >>>>

