

World health

INSURANCE SOCIETY 健保だより

増え続ける医療費と 高齢者医療制度 への支出

平成24年度
付加給付・保健事業の見直し

夕食が遅いあなたへ
食べる順序を変えるだけで
ダイエット?!

糖尿病

セロトニンでストレス解消!



キャロッティの
ヘルシーレシピ
好評! 健保ホームページで毎月更新中!

《もくじ》

- 1 増え続ける医療費と高齢者医療制度への支出
- 2 適正受診していますか? / 付加給付・保健事業の見直し
- 3 教えて保健師さん<遅い夕食の摂り方>
- 4 クローズアップ 糖尿病
- 5 メンタルヘルス<セロトニンでストレス解消>
- 6 ヘルシーライフ / お知らせ
- 7 ヘルシーレシピ / クイズ

VOL.
45
平成23年12月
発行

ご家庭へお持ち帰り下さい