



血圧チェックで健康経営！

血圧はどこで測れるの??

会社には血圧計を設置しましょう！

血圧は健康のパロメーターです。高血圧は、症状がないまま命に係わる重大な病気を引き起こすことから「サイレントキラー」と呼ばれています。従業員のみなさまがいつでも測れるように、社内に血圧計を設置しましょう！

会社以外で測れる場所は？

会社以外でも血圧チェックは身近な場所で簡単にできます！まずは測って自分の数値を把握しましょう！

会社・職場で

- 職場は大切な測定チャンス！
- 安全で元気に働くために職場で測れる環境づくりを！



体育館や公共施設で

- 運動や用事のついでに血圧チェックはいかがでしょうか



薬局・ドラッグストアで

- 無料の「血圧測定コーナー」があるお店も！
- 相談できる薬剤師さんもあります



ご自宅で

- 他の場所で測定し収縮期（上の血圧）が130mmHg、拡張期（下の血圧）80mmHgを超えたら自宅で血圧計を準備しましょう！



協会けんぽでは「新潟県」「新潟県脳卒中・心臓病等総合支援センター」「新潟県医師会」「新潟大学大学院生活習慣病予防・健診医学講座」「明治安田」とともに「にいがたSTOP高血圧プロジェクト」を推進していきます

詳細はコチラ >>>

