

ほっとHealth (日健セ) 通信

日立健康管理センタより 産業保健の話題をお届けします



2025
12月号

【今年も開催！ころばぬ先の智慧ドック】 放射線技術科：白井 純一

2025年4月からすべての企業において、希望者に対する65歳定年制が義務化されました。これは労働力不足や高齢者の雇用継続を促進するための措置で、今後はさらなる定年の延長が予想されています。ベテランの持つ、ノウハウを長く活用できたり、ご本人の働く意欲が生きがいにつながるなどのメリットがある一方で、健康・安全管理には課題があるといわれています。特に、**60歳以上の就労中の転倒・骨折災害は増加**している状況です。

転倒・骨折の要因の一つとして考えられるのが、移動機能が低下するロコモティブシンドローム（＝ロコモ）と、骨粗鬆症です。日本における40歳代以上のロコモ人口は4,660万人、骨粗鬆症推計患者は1,590万人といわれています。どちらも初期は症状がほとんどみられず早期発見が大切になりますので、**検査を受けることが予防の第一歩**です！ロコモ度チェックと骨密度検査で、ご自身の筋力と骨の状態を調べましょう。生活習慣の改善や専門医療機関への受診で、健康な筋力や骨を維持することが出来ます。

（日健セ）の【ころばぬ先の智慧ドック】では、この2つの検査を同時に受けることができます。

皆さん、ぜひ受診をご検討ください！

Q&A

【ころばぬ先の智慧ドック】を受けたい場合はどうしたらよいですか？



（日健セ）ドック受付へのお声掛けやお電話でお申し込みできます。



ご家族やご友人もお受けできます！

【電話受付（平日10:00～16:00）】
0120-38-6399

健診・保健指導などの健康情報はこちら

日立健康管理センタ HP

<https://www.hitachi.co.jp/hospital/nikkense/>



人間ドックは『日立健康管理センタ』
をご利用ください

次回は 2026年1月初旬頃に記事をお届けします