



## ふるさと納税で日本を元気に！

年末が近づいてくると今年あと幾らふるさと納税が出来るかを計算して、各自治体に納税することでその地域の特産品を楽しむ人が多くなります。総務省では「ふるさと納税で日本を元気に！」をテーマに各地のふるさと納税の活用事例などを紹介しています。

総務省ふるさと納税ポータルサイト  
[https://www.soumu.go.jp/main\\_sosiki/jichi\\_zeisei/czaisei/czaisei\\_seido/080430\\_2\\_kojin.html](https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_zeisei/czaisei/czaisei_seido/080430_2_kojin.html)

## 三大疾病保障保険



男女合わせて三大疾病で亡くなる割合は2人に1人となります。男性はがんの割合が高く、女性はがんと心疾患+脳血管疾患の割合が同じ位となっています。特に男性は年齢と共にがんへの、女性はがんだけでなく心疾患や脳血管疾患への備えが必要となります。多くの保険会社が三大疾病（特定疾病）保障保険を取り扱っていますが、給付される要件が保険会社により違いがありますので注意が必要です。

例えば急性心筋梗塞は対象だけどそれ以外の心疾患は対象にならない、発症後60日間の労働制限と医師が判断しないと給付がされないなど、いざという時に困らないように日頃から保障内容を確認しておきましょう。

	男女合計		男性		女性	
	死亡者数	死亡総数に占める割合	死亡者数	死亡総数に占める割合	死亡者数	死亡総数に占める割合
悪性新生物	378 385	27.6%	220 989	31.3%	157 396	23.6%
心疾患	205 596	15.0%	99 304	14.0%	106 292	16.0%
脳血管疾患	102 978	7.5%	50 390	7.1%	52 588	7.9%
全死因合計	1 372 755	—	706 834	—	665 921	—



## e-ヘルスネット

厚生労働省の健康情報サイト「e-ヘルスネット」では生活習慣に関連する病気の情報や、毎日の生活習慣を改善するヒントとなる情報を、各分野の専門家が解説しています。

例えば【休養・こころの健康】では「快眠のためのテクニック」や「がんところ」などの情報が掲載されています。気になる項目があれば確認して健康にお役立て下さい。

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/metabolic>

生活習慣病予防	栄養・食生活	飲酒
健康政策	休養・こころの健康	喫煙
身体活動・運動	歯・口腔の健康	感覚器など



発行元：株式会社ライフフォースサポート  
〒141-0031  
東京都品川区西五反田7-22-17 TOCビル12F  
LFS/d2110002



LINE公式アカウント  
はじめました

担当