

＼ 日焼けだけじゃない ／

紫外線は健康にも影響します

紫外線は、肌の赤みやヒリヒリなどすぐに出る症状だけでなく、
長年の蓄積でシワ・シミ、白内障、皮膚がんなど“将来的な健康リスク”にもつながります。
だからこそ、日頃から紫外線対策をしておくことが大切です。

急性リスク

- ☑ 日焼け
- ☑ 目の炎症
- ☑ 免疫機能低下



慢性リスク

- ☑ シワ・シミ
- ☑ 白内障など眼への影響
- ☑ 良性・悪性の腫瘍

紫外線対策のポイント

- 紫外線の強い時間帯（6～8月の10～14時）は外出を避ける
- 日傘やつばの広い帽子を使用する
- サングラスで眼を守る
- 日陰を利用して直射日光を防ぐ
- 袖や襟のある衣服で肌を覆う
- 日焼け止めをこまめに塗り直す

「日焼けしてしまった場合の対処法は？」「赤ちゃんや高齢者はどんな配慮が必要？」
など気になることがあれば、お気軽にご相談ください。

トヨタ車体健保 こころとからだの健康相談

24時間電話健康相談サービス（年中無休）

ご自身やご家族の健康・医療についてのご相談に、医師や保健師・看護師等の有資格者が、
24時間365日対応します。

通話料・相談料無料

☎ 0120-336-613



ご利用はplus Batonから！

サービス内容や利用方法がWeb上で簡単に確認できます。
サービスご利用の際もスムーズです。
<https://plus-baton-portal.t-pec.co.jp/2e4cfc>



プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください（サービス提供会社：ティーベック株式会社） T-PEC

ご本人と配偶者およびそのいずれかの被扶養者の方々がご利用いただけます

※ご利用の際の諸条件や、地域内容により、ご要望に添えない場合があります。詳細は<<https://www.t-pec.co.jp/notice/>>をご確認ください。



個人情報の取扱いについて

ティーベック株式会社は、ご利用者よりいただく個人情報を電話受付対応、必要に応じた面談の実施、医療機関の予約手配等に伴うサービスを業務委託を受けた範囲内において適切に実施するため、利用いたします。また、ご利用者の同意を得ている場合、法令に基づく場合を除き、取得した個人情報を委託先以外の第三者に提供いたしません。詳しくは、ホームページ（個人情報の取扱い）ティーベック株式会社（<https://www.t-pec.co.jp/privacy/>）からご確認ください。なお、ティーベック株式会社は、サービス提供において収集された個人データを、サービス品質改善および広報マーケティング目的のためにご利用者の識別を可能にしない方法（ホワイトペーパーや営業資料における統計データなど）にて加工を行った上で、統計情報として作成、利用、公表を行うこととします。