

年に一度は人間ドックを受けましょう

☆☆明るく楽しい生活は健康管理から☆☆

人間ドックは、健康な人や健康であると思っている人が点検のため集中的に検査を受けるシステムです。人間ドックや健診の役割の一つは、生活習慣病やその他の病気を早期に発見し、治療に結びつけることです。健康だと思っても、知らない間に病気が進行していることがあるからです。もう一つの役割は、生活習慣を見直し、病気の予防と健康増進に役立てることです。“予防の1オンスは治療の1ポンドに優る”と言われます。自分のため、子どものため、家族のため、健康な生活を続けるために、若いうちから定期的に健康チェックを受けましょう。（※オンス・ポンドは重さの単位で 16オンス=1ポンド≒453グラムです）

① 健診日 毎週火曜日～金曜日（祝祭日、年末年始は除く）

② 費用 39,960円（税込み、入浴券と食事券付き）

※腫瘍マーカー検査等のオプションは、別途費用がかかります。

※各保険者によって、補助制度がある場合がありますので、

事前に参加している保険者へお問い合わせください。

小鹿野町国民健康保険及び後期高齢者医療保険の場合、

30,000円の補助があります。※平成31年4月より5,000円増額になりました。

町の補助制度をご利用の場合には、保健福祉センター内 保健課に申請してください。

（お問い合わせ先：保健課Tel75-0135）

③ 予約方法 お電話で、1週間前までにご予約ください。（定員がありますので、お早めに！！）

④ 特典 ○その日のうちに結果がわかり、希望者には午後より医師から結果説明を行います。

・病気になりそうな傾向から食事や運動などの生活習慣を改善するためのアドバイスをを行います。

・精密検査や治療が必要な人は、即日、当院での検査予約・受診予約ができます。

○人間ドックを受けた方全員に、「国民宿舎両神荘」または「両神温泉薬師の湯」の入浴券と

お食事券（800円分、町内で利用可）を差し上げます。結果説明の待ち時間等にご利用ください。

⑤ その他 「胃バリウム検査」を「胃カメラ検査」に変更できます。※新規導入した経鼻内視鏡を使います。

（感染症検査を行うため、別途2,160円がかかります。）

火曜日4名、水曜日7名、金曜日5名まで受け入れ可能です。予約時にお申し出ください。

オプション検査（税込額）

ピロリ菌抗体検査	1,730円	乳がん検診	2,160円	子宮がん検診	3,240円
骨密度健診	1,520円	甲状腺機能検査	4,320円	内臓脂肪CT検査	3,240円
胸部CT検査	9,000円	HCV-Ⅲ抗体検査	2,160円	HBs抗原検査	1,080円
腫瘍マーカー検査	4,320円（大腸・膵臓・肺・胆嚢・肝臓・肝硬変のセット）				
腫瘍マーカー検査	5,400円（上記に加え、前立腺・前立腺肥大※男性のみのセット）				
睡眠時無呼吸症候群検査	1,200円				

※表示金額はすべて消費税8%の金額です

人間ドックの他に以下の内容の健診もできますので、詳しくは健診センターへお問い合わせください。

○生活習慣病予防健診【火曜日から金曜日 全国協会けんぽ加入のご本人】

○町民健診【《胃がん検診 第3土曜日》《乳がん検診 火曜日から金曜日の午後》

《子宮頸がん検診 火曜日・金曜日の午後》】

○特定健診【毎週金曜日の午後】

○事業所の健康診断【毎週水曜日の午後 5名以上から】

※町では、ピロリ菌検査の助成事業も行っていますので、ご希望の方は保健課にご相談ください。

※ご予約・お問い合わせ先：総合健診センター（病院内）Tel72-7510

②7 《 自分も周りも幸せに・・・ 》

梅雨に入り、じめじめした日々が続いています。この一ヶ月は、いろんな方から「先生も薬飲み出したのですか?」「お大事に」などのお声かけをいただきました。おかげさまで血圧は正常に戻りましたが(薬は飲み続けていますよ)、多くの方々にこのコーナーが読まれていることを再確認することができ、血圧が下がったことよりもそっちの方がうれしいなあと思ったことでした。

さて、今回は認知症を患っている75歳のよしおさん(仮名)の話です。よしおさんは長らく公職に就かれていました。退職後はしばらく奥様といいお時間を過ごされていましたが、数年前から物忘れが出始めました。徐々に物忘れは進んでいきましたが、幸いなことに物忘れ以外には体の不具合もなく、困った行動もありませんでした。そのため、かかりつけ医はいなかったようです。ある日、介護保険の申請の相談のために私の外来を受診されました。

初めてお会いしたよしおさんは、とても穏やかで終始笑顔でした。しかし、すでにご自分の年齢や子供さんの名前もわからなくなっており、認知症はかなり進行していることがみてとれました。

認知症とは、記憶障害、判断力の低下、見当識障害(時間や場所がわからなくなる)が主な症状です。しかし、これらが問題となるわけではなく、それに伴う周辺症状(妄想、暴言、介護への抵抗、失禁など)の出現が問題で、そのために介護が大変になります。よしおさんは、自宅がわからなくなり散歩から帰れなくなることはあったようですが、その他の周辺症状はありませんでした。

1ヶ月後に再診された際、デイサービスに通い始めたとの報告をいただきました。いつも笑顔のよしおさんは、デイのスタッフにも「ありがとう」と笑顔を振りまいているようで、職員からも「みんながよしおさんみたいだったらいいのに」と、すっかり愛されているようでした。

話は変わりますが、先日当院の教育接遇委員会が企画する講演会がありました。秩父ふたばこども園の副理事長で、日本ほめる達人協会(ほめ達)特別認定講師の根岸和美先生による講演です。「より地域に愛される病院となるために」～ほめることで結ぶ笑顔のパートナーシップ～というタイトルでした。その中で根岸先生は、幸せになる4つの言葉として「やってみよう」「ありがとう」「なんとかなる」「あなたらしく」を提唱されていました。この講演を聴きながら、認知症のよしおさんを思い出しました。彼は「ありがとう」を振りまくことでみんなに愛されています。認知症になっても、無意識のうちににじみ出てくるその人らしさが、結果的に「ほめ達」の生き方になっているんだなーって。よしおさん、生きる達人かもしれません。

前述した幸せの4つの言葉、全部は無理でも、まずは一つずつ、いろんな方に「ありがとう」と言うことを「やってみよう」。そして今月も「自分らしく」頑張ってみましょうか。そうすれば、「なんとかなる」気がしてきました。

よしおさん、根岸先生、
ありがとう!

院長 内田 望

外来からのお知らせ

令和元年6月24日現在

休診

婦人科：7月5日(金)三輪Dr.

変更

心療内科：7月13日(土)→12日(金)新井Dr.

※受付、外来、会計では、誤認防止のため氏名でお呼びしております。
不都合のある方は番号でお呼びしますので、受付職員にお申し出ください。