



<<巻頭挨拶>>

令和最初のお正月は穏やかな日が続きましたね。初詣には足を運ばれましたか？ 願い事はされましたか？ 新年を迎えられ、今年は「こんな事を始めてみたい」とか、「どこかへ行ってみたい」などと、何かしら目標を決められたのではないのでしょうか？ その1つに、ご自身の健康に関する目標も加えてみてはいかがでしょうか。今や人生100年の時代です。運動・食事・禁煙・減酒など、ほんの小さな事でも毎日コツコツと続け、積み重ねる事でより長く楽しいものになるのではないのでしょうか。そして定期的な健康診断を受けて、「高齢者」ではなく「幸齢者」を目指しましょう。笑顔あふれる一年をお過ごし下さい。

本年も、私たちスタッフ一同「ONE TEAM」となって、皆様のご健康をお守りすべく取り組んでまいります。

Q&A

当院では、人間ドックを受診された方へ定期的にアンケートを行っております。受診していただいた感想・ご意見をお聴かせいただき、より良い医療のご提供、サービス向上に努めて参りたいと思っております。過去にいただいたご意見と、その後の当院の対応についていくつかご紹介させていただきます。

ご意見	回答
◆朝の受付時間について 朝の受付時間が長い	昨年4月よりオプションの事前確認を開始し、また8月より受付窓口を増やして対応しています。それにより受付時間を以前よりも短縮できるようになりました。今後も少しでもお待たせしないよう改善を重ねていきたいと思っております。
◆4階ドックホールの設備に関して 4階コーヒーメーカーの横になにか拭くものが欲しかった	今後コーヒーメーカー横に布巾等設置していきたいと思っております。ご不便をおかけしましたすみません。貴重なご意見を頂きましてありがとうございます。
◆宿泊ドックの際のホテル設備に関して 和室でなく洋室がいい 和室だと眠れない	ホテルの状況や繁忙期など対応できかねる場合もあります。何卒ご理解の程宜しくお願い申し上げます。
◆プライバシーの配慮について 番号があれば名前を呼ばなくてもいいのでは	検査案内時にはご本人様確認のために、お手持ちのファイルに記載の管理番号と名前と呼ばせて頂いております。プライバシー上名前の呼び出しを希望されない方は番号のみでお呼び出しをさせて頂いております。お気軽にスタッフにお声かけ下さい。

～お褒めの言葉もいただいております～

「親切な対応で良かった」「グッドでした、スタッフの皆さんありがとうございました」
 「大変良かったです、食事美味しかったです」
 「看護師さんの笑顔がステキでした」

皆様からの『ありがとう』がスタッフの活力です！



風疹クーポンが利用開始になりました

そもそも風疹とは？

感染者の飛まつ（咳やくしゃみ）によってうつる感染症。感染すると発熱や発疹、リンパ節腫脹といった風邪によく似た症状が現れます。特に成人は高熱・発疹の長期化や関節痛などの重症化の可能性があります。

感染すると何が問題になりますか？

- ・風疹は飛まつで他人につうつため、電車や職場などが集まる場所で、多くの人に感染が拡大する可能性があります。
- ・妊娠早期の妊婦が感染すると、出生児が先天性風疹症候群（眼や耳、心臓に障害が出る）になる可能性があります。

クーポンの対象者は？

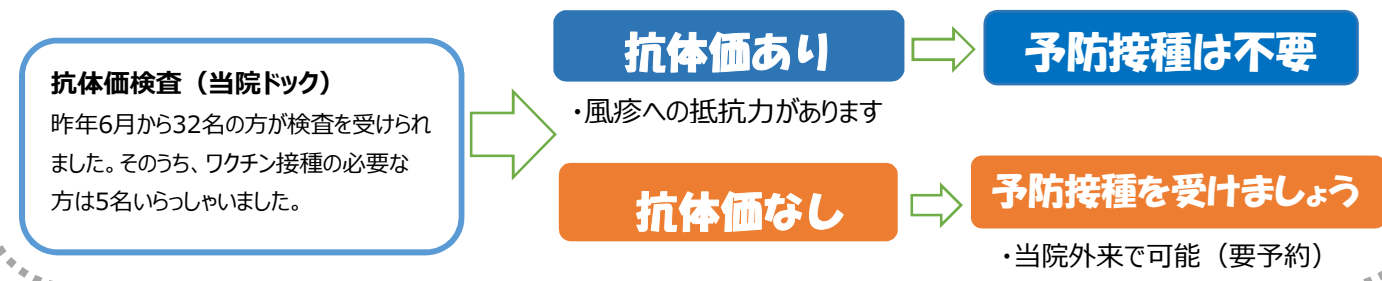
現在、昭和37年度～53年度生まれの男性の皆様へ、お住まいの自治体から原則無料で風疹の抗体検査と予防接種を受けていただけるクーポンを配布しています。当院人間ドックでは対象でクーポン券をご持参された方に抗体価検査を行っています。まずは免疫があるかどうか抗体価検査を受けてみてはいかがでしょうか。

対象世代の方は2022年3月末までの3年間、抗体検査・予防接種を無料で受けられます



何故昭和37年度～53年度生まれの男性が対象なんですか？

対象の期間に生まれた男性はこれまでに予防接種法に基づく定期接種を受ける機会がなく、抗体保有率が他の世代に比べて低い（約80%）ためです。



血圧が高めと言われたら

Q. 血圧が高いとどうなるんですか？
A. 血圧が高くなりすぎると、血管が破れて出血したり、硬くなったりします。脳卒中・心筋梗塞・腎不全などのリスク↑

Q. 血圧が高いっていくつ位のことを言うんですか？
A. “日本高血圧学会”では140mmg/90mmg以上を高血圧症としています。

Q. 10年、20年後も健康でいたいなぁ・・・

Q. ドックで測ると血圧が高くなるんです・・・
A. ドックや病院等で血圧が高くなる事を白衣高血圧と呼びます。（また診察時の血圧は正常なのに家庭で測ると血圧が高い“仮面高血圧”もあります）

Q. 血圧はどのタイミングで測るのがいいんですか？
A. 血圧にも波があります。まずは朝と夜に同じ条件で2回測定してみましょう。

まずは普段の自分の血圧を知ることから始めましょう

血圧手帳の配布も無料で行っております。気になることがありましたらお気軽に看護師へお声かけ下さい。