

あき乃だより



第79号

2019年 5月 発行

色とりどりのつつじやさつきが咲き競う季節になりましたが、いかがお過ごしでしょうか。ついに「令和」が始まりましたね。

新年号に伴いゴールデンウィークが10連休だった方も多いかと思います。

疲れが出てくる時期でもあるので、体調管理には十分お気をつけください。

今月号は「健康診断」についてです。

<診療時間と担当医のご案内>

休診日：祝日（日曜診療も行っております。）

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~ 13:00	奥山 仲山	奥山 第1・3 藤原 第2・4 仲山	奥山 内田	七海	奥山 岡田	奥山 岸本	加納
14:00~ 18:00	奥山	奥山	奥山 七海	休診	奥山	休診	休診

【お知らせ】

5月20日（月）の仲山は休診となります。

5月の火曜日は、7日・28日が仲山、14日・21日が藤原となります。

5月24日（金）の奥山は休診となります。（午前・午後ともに岡田の1診のみ）

5月より水曜午前担当の医師が内田に変更となります。

【ご予約】

当院は完全予約制です。
まずはお電話でご予約をお取りください。

（042-580-1255）



【お詫び】

診察内容、状況により、お呼びする順番が前後する場合や、お待ちになる時間が長くなる場合がございます。ご迷惑をお掛け致しますがご理解のほどお願い申し上げます。

国立駅前あき乃クリニック（診療科目 内科・糖尿病内科）

TEL：042-580-1255 ホームページ <http://www.kunitachi-dm.com>

5月より国立市・国分寺市の特定健診始まります。

国立市在住の4～6月生まれの対象の方は 7月31日まで

7～9月生まれの対象の方は 9月30日 まで受診可能です。

それ以外の生まれ月の方も、市に申告し受診券を送ってもらえば事前に受診可能となっております。

国分寺市在住の66歳以上の4～7月生まれの対象の方は

10月31日 まで受診可能です。

予約制となっております。

ご希望の方はお気軽に受付までお申込みください。

春～夏は比較的予約が取りやすい時期となります。

有効期限の直前は混み合いますのでお早めにご予約ください。

S37.4.2～S54.4.1お誕生日の男性を対象とした

風しん抗体検査及びワクチン接種制度が始まります。

上記お誕生日の男性を対象に、順次、市よりクーポンが郵送されます。

当院では、5月中旬以降に接種がスタートする予定です。

予約制となりますので、ご希望の方はご予約お取りください。

制度の詳細は、国立市の子ども家庭部子育て支援課までお問い合わせください。（042-576-2111）



意外と知らない
豆知識

毎年、健康診断は受診されていますか？
健診結果をしっかりと聞いて生活習慣を見直すことが大切です。
ひとつでも生活習慣病のリスクが見つかった場合は、早めに
医療機関を受診し、生活習慣の改善に取り組みましょう。



国立市・国分寺市の特定健診は無料で受けられます。

※国民健康保険に加入している方が対象



〈当院で受診可能な方〉

- ・ 国立市在住の方（４０歳以上）
※国立市民は市へ事前申請することで期間より前に受診可能です。
- ・ 国分寺市在住の方（６６歳以上）
生まれ月で受診可能な時期が異なります。
詳細は当院内に掲示している案内をご覧ください。

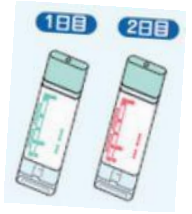
〈健診項目〉

身体測定	身長・体重・BMI・腹囲・血圧
血中脂質検査	中性脂肪・LDLコレステロール・HDLコレステロール
肝機能検査	AST(GOT)・ALT(GTP)・γ-GTP
血糖検査	空腹時血糖・HbA1c
尿検査	蛋白・糖・潜血
腎機能検査	尿酸・クレアチニン・尿素窒素
胸部レントゲン	
大腸がん検診	
※貧血検査・心電図・血清アルブミン・eGFR・微量アルブミン・眼底検査	

※検査は年齢・市・前年度の結果によって受診できないこともあります。

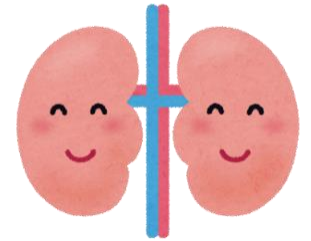
〈大腸がん検診〉

大腸がん検診は便潜血検査を行います。
検査キットを使い、自宅で説明書を読みながら採便し、
提出いただきます。便の中に血が混じっているかを
検査します。便潜血検査が陽性だった場合は、必ず大腸内視鏡検査など
精密検査を受けるようにしましょう。
※便キットを受け取りの際には受診票をご持参ください。



〈CKD（慢性腎臓病）〉

成人の約８人に１人がCKD（慢性腎臓病）と
言われており、初期は自覚症状がでないため、
早期発見と予防が重要です。



- ・ **eGFR（推算糸球体ろ過量）**
eGFR（推算糸球体ろ過量）は腎臓の糸球体が１分間にどのくらいの
量の血液をろ過し、尿を作るかを示す値です。
eGFRが90であれば腎臓は約90%働いており、eGFRが50で
あれば約50%しか働いていないことを示します。
- ・ **微量アルブミン**
微量アルブミンは尿中の非常に微量のタンパク質を検出する検査です。
腎臓にある糸球体のダメージがひどくなるに従い、微量アルブミン尿から
タンパク尿へと進みます。
(国立市の健診で尿蛋白が±の方に実施しています)

〈健康診断についての問い合わせ先〉

健診の受診券が届かないなどありましたらお問合せ下さい。

国立市特定健診 : 042-572-6111
国立市役所 健康増進課 予防推進課

国分寺市特定健診 : 042-321-1801
健康推進課