

あき乃だより



第55号

平成29年5月発行

みなさま、こんにちは。

新緑の匂い立つ素敵な季節になりましたが、いかがお過ごしでしょうか。

4月からの春の疲れがでてくる時期でもあるので体調管理には十分にお気をつけください。

さて、今月から平成29年度の国立市・国分寺市の特定健診を行っております。

そこで今月号は「健康診断」についての豆知識を掲載しております。

どうぞお役立て下さい。

<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。）
受付時間は診療時間の15分前までです。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~	奥山	奥山	奥山	七海	奥山	奥山	佐々木
13:00	小澤	※2診	七海	七海	七海	仲山	予約制
14:00~	奥山	奥山	奥山	休診	奥山	休診	休診
18:00			七海				

【ご注意】混雑時は、場合により早く受付が終了することがございます。

【ご予約】ご予約の患者様は優先させていただきますが、診察内容、状況により、お呼びする順番が前後したり、お待ち時間が長くなることもございます。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。

※火曜午前の2診：第1、第3火曜は仲山先生 第2、第4火曜は七海先生

※日曜日は完全予約制です。なお、当日でも空きがあればお受けできますのでお電話にてご予約をお取りください。

【4月から勤務の先生】

月曜午前：小澤先生（糖尿病・腎臓・一般内科）

日曜午前：佐々木先生（糖尿病・甲状腺・一般内科）

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>



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。

その結果、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。

<生活習慣病>

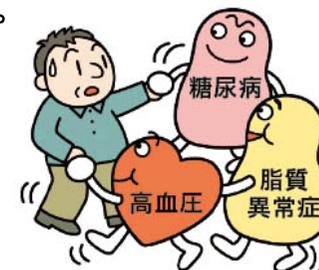
日本人の3大死因

ガン
脳血管疾患（脳梗塞など）
心疾患（心筋梗塞など）

原因の一つとなるのが **生活習慣病** です。

主な生活習慣病

脂質異常症
高血圧
糖尿病
肥満



生活習慣病は動脈硬化をもたらします。

動脈硬化とは動脈が硬くなり弾力性を失ってしまうことです。血管壁にコレステロールなどがたまることにより、血液の流れが悪くなります。重症化すると血栓がつまり、血管を完全にふさいでしまいます。

脂質異常症、高血圧、糖尿病は自覚症状がほとんどないため、体の中で静かに動脈硬化が進行していきます。病気に気づかず、または気づいても病気を放置すると突然、心筋梗塞、脳梗塞などが起こることがあります。

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されてる方



<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。



<国立市・国分寺市特定健診の受診可能な期間>

受診可能月→	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
国立市											
↓生まれ月											
4、5、6	■										
7、8、9		■									
10、11、12			■								
1、2、3				■							
国分寺市											
↓生まれ月											
4、5、6、7	■										
8、9、10、11		■									
12、1、2、3			■								

<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・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>

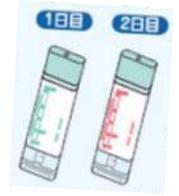
大腸がん検診は便潜血検査を行います。

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下さい。



<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

肺炎球菌のワクチン接種おこなっております
 国立市・国分寺市・府中市在住の方で市の助成を受けられる方は、予診票、または接種券が必要となります。



市の助成対象の方

平成29年4月1日～平成30年3月31日までの間に
 65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、
 95歳、100歳となる方が対象となります。

市の助成対象の方の接種、自費の接種、共に予約制となります。
 詳細は受付までお問い合わせください。