

小林記念病院 健康管理センター

情報誌

- INDEX
- 01 センター長あいさつ
 - 02 改修工事が始まりました
 - 03 子宮・卵巣MRI検査が始まります
 - 05 特定保健指導参加者、46人減量成功!
 - 06 i-リハビリステーション

no.10

TAKE FREE

情報誌 第10号 2023年3月発行
編集・発行：小林記念病院 健康管理センター



健康管理センターよりご挨拶

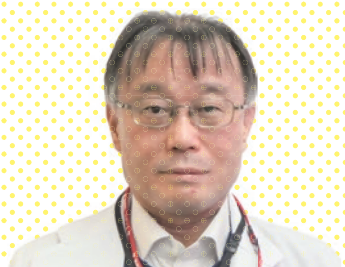


小林記念病院健康管理センターは、1987年開設以来、ご利用者の皆様に支えられて約36年になります。日本人間ドック学会「人間ドック・健診専門医、指導医認定」、
「人間ドックアドバイザー認定」、日本健診医学会「優良認定施設」などを取得しており、
健康評価施設査定機構の認定施設であります。当センターでは健診（人間ドック）を
通じ、ご利用者様の「健康でありたい」という意志のもとに、生涯にわたる健康維持・
管理のお手伝いをします。

この度、2023年2月～4月中旬まで当施設リニューアル工事のため、ご利用者様には大変ご迷惑をお掛けしますことを心からお詫び申し上げます。リニューアル後の5月には、健診専門常勤医が1名増えて、ゆったりとしたモダンな待合室や質の高い諸検査、一人ひとりの個別健康管理など、スムーズな健診の流れにより満足いただけるサービスを提供して信頼される施設であり続けるように努めます。また、地域に根付いた予防医学の推進のためにも積極的に取り組んで参ります。

皆様には、今後とも当施設のご利用をスタッフ一同、心よりお待ちしております。

新任医師のご紹介



酒井 喜久

2023年1月1日より小林記念病院、健康管理センターにて、お世話になります酒井と申します。私は、岐阜大学を卒業し医師免許取得後、名古屋大学大学院で研究の基礎と病理学を学びました。その後、東京築地にある国立がんセンターにて癌遺伝子の研究を行い、国立精神神経センターを経て、アメリカに基礎研究のため留学しました。私のアメリカでの研究生活は、フロリダ州のメキシコ湾岸沿いにある中核都市タンパにある南フロリダ大学から始まりました。その後、サンフランシスコ、ニューヨークと研究分野を渡り歩き、帰国後は健診業務に携わるようになりました。そして、当センターで健診の仕事ができることを幸せに思い、スタッフの皆様のご協力の下、受診者様の「健康」が煌めきながら伸びて行けるように、業務に励んで行きたいと思っております。皆様のご指導ご鞭撻の程宜しく申し上げます。

健康管理センターの 改修工事が 始まりました。

健康管理センター横の【サンウッド】という喫茶・売店の跡地が、健康管理センターの新施設へと生まれ変わるための改修工事が始まりました。

そして今、皆様が利用する椅子やロッカーを選定中。着々と準備がすすんでいます。スタッフ一同、皆様に一層ご満足いただけるよう努めて参ります。今後ともよろしくお願いたします。



//// 改修工事に伴う休診期間 ////

2月11日～4月中旬

改修工事にあたり、約2か月間の休診期間となります。関係者各位の皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解の程よろしくお願いたします。



回廊型の構造を採用。
効率性をアップし、
待ち時間を短縮します。



新！健康管理センター 見学会

2023 4 / 28 (金) 10:00～12:00

健康管理センターが2023年5月(予定)のリニューアルオープンに伴い、上記日程にて見学会を開催いたします。ぜひ、お立ち寄りください。

お問い合わせ
TEL:0566-41-6548



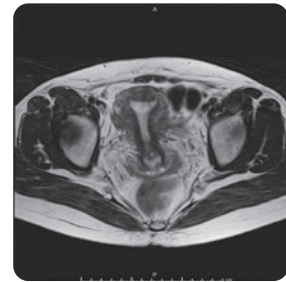
子宮・卵巣 MRI 検査が 始まります

生理中でも検査できます

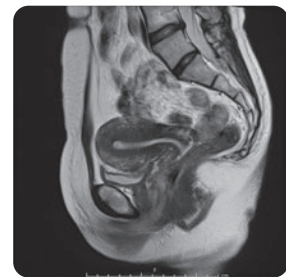
生理不順、生理痛、下腹部痛などでお悩みはありませんか？しかし、いざ婦人科で相談したくても、検査を受ける際に脚を広げることや触られることに抵抗や不安ある方も多いのではないのでしょうか。それでも女性にとっては、とても大切なこと…。

そんな方にぜひMRIによる子宮卵巣MRI検査をオススメ。子宮・卵巣MRI検査では、検査着を着たまま、脚を広げること、触れられることもなく、仰向けで寝ているだけで検査が可能です。痛みを伴うこともありません。

また造影剤や放射線を使用していないため、からだへの影響はありません。そのため、安心して検査を受けていただくことができます。



正常画像（横断像）



正常画像（矢状段像）

こんな方は
特に検査を
おすすめします

- まだ出産経験がない
- 下腹部にしこりがある
- 重い生理痛がある
- 月経の量が多い
- 生理時以外の不正出血がある
- 喫煙する
- 生理不順がある
- 下腹部の不快感ある



子宮・卵巣がんは、初期は無症状であることが多く、進行すると不正出血したり、慢性的な腹部の鈍痛などが起こることがあります。進行すると治療が難しくなるため、早期発見が重要なのです。

予約制

子宮セット

セット
料金 **30,800 円** (税込)

検査
項目

- 子宮・卵巣 MRI 検査
- 子宮頸がん検査
- HPV 検査

単独検査料金

- 子宮・卵巣 MRI 検査 **27,500 円** (税込)
- 子宮頸がん検査 **4,400 円** (税込)
- HPV 検査 **4,400 円** (税込)

子

子宮筋腫

卵巣嚢腫



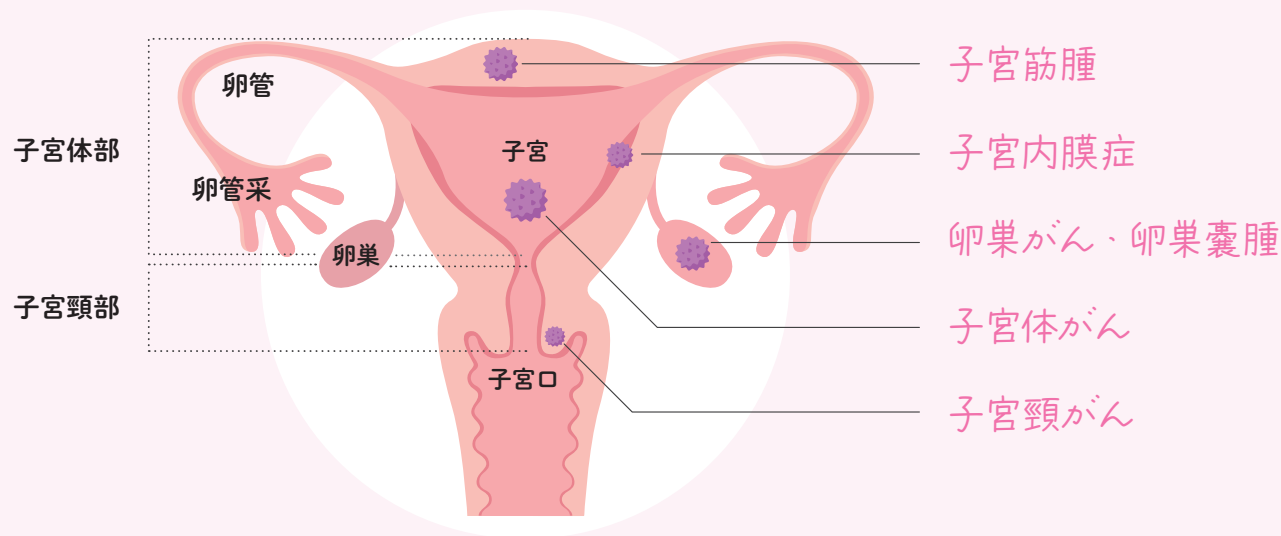
子宮・卵巣MRI 検査でわかること。

子宮・卵巣MRI検査は、
特に子宮体がん、子宮内膜症、子宮筋腫、
卵巣がん、卵巣嚢腫などの診断に有効です。

子宮がんについて

子宮がんには大きく分けて「子宮頸がん」と「子宮体がん」の2種類があります。どちらも早期の場合、治癒率が高いがんです。MRIは近年増加し続けている子宮体がんの早期発見に効果的です。

一般的な子宮頸がん検査は細胞診・HPV（ヒトパピローマウイルス）検査を併用して受けて頂くことで、より正確な診断結果を受けることができます。



子宮にできる筋肉組織由来の良性腫瘍で、4人に1人の女性が子宮筋腫を持っているといわれています。筋腫が大きくなると重症な生理痛、貧血、時には不妊の原因となることがあります。

子宮内膜症

子宮の内側を覆う「子宮内膜」に似た組織が、子宮の内腔以外の場所（腹膜、卵巣、卵管、腸など）にできてしまう病気です。子宮内膜症は良性の病気ですが、月経を重ねるごとに進行し、症状も強くなるため、早めに治療を開始することが大切です。

卵巣の中や表面に液体の入った袋やポケットがあることをいいます。通常は無害で症状ありませんが、嚢胞が破裂すると合併症を引き起こす可能性があります。

卵巣がん

卵巣の様々な細胞から発生する悪性腫瘍のことをいいます。自覚症状は乏しく、年間に約13000人の女性が罹患し、約4800人が亡くなっています。

つぎに該当する方は
MRI検査を
受けられません

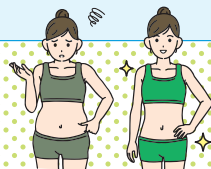
× 妊娠中または可能性がある方

× 閉所恐怖症の方

× 刺青・アートメイクをしている方

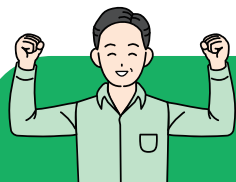
× 体内にペースメーカーやICD(埋込式除細器)等の医療機器を装着している方

× 上記以外に体内に金属類がある方



昨年度特定保健指導参加者67人のうち…

46人減量成功！



今年度特保参加者
50歳男性の場合

体重
-4.1kg
腹囲
-3.0cm

特定保健指導とは

生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、専門スタッフ（保健師、管理栄養士など）が生活習慣の見直しをサポートすることです。

対象者

40歳以上75歳未満で
特定保健指導の
基準に該当する方

| | 初回支援時 | 最終評価時 |
|--------------|-------|-------|
| 体重 (kg) | 73.4 | 69.3 |
| BMI | 26.6 | 25.4 |
| 腹囲 (cm) | 87.5 | 84.5 |
| AST (U/L) | 26 | 21 |
| ALT (U/L) | 36 | 31 |
| γ-GTP (U/L) | 64 | 37 |
| 中性脂肪 (mg/dl) | 325 | 152 |
| HDL (mg/dl) | 49 | 54 |
| LDL (mg/dl) | 172 | 160 |
| 血糖 (mg/dl) | 96 | 97 |

目標

| | | | | |
|------------------|-----------|---|------|-----|
| 夕食のメインのおかずを半分にする | 頻度 週6回 | → | 100% | 実施率 |
| 毎朝体重測定 | 頻度 毎日 | → | 100% | 実施率 |
| ながら運動の継続 | 頻度 毎日 | → | 100% | 実施率 |

まわりにも勧めています！

ご飯を1/4にするなど、意識して生活習慣を改善しました。良い取り組みだと思ったので、初回支援後、職場のみんなに「やる！」と宣言して挑戦！自分自身の経験から、60歳以上の社員に記録表をコピーして配布するなど取り組みを広げています。

改善できた生活習慣

- ・食事量を見直した！
- ・間食を減らした！



日常のちょっとした心がけで、肥満は解消できます！

- ・毎日体重測定をする
- ・間食を減らす
- ・記録をつける
- ・休肝日を設ける



減量することで、血液データの改善効果が期待できます！

保健師

検査データと生活習慣との関連を説明し、継続的なサポートを行います。



管理栄養士

食事のバランスや食べ方など、ご自身のライフスタイルに合わせて食習慣の改善サポートを行います。

健康運動指導士

ご自身の希望や身体の状態に沿った運動習慣の改善サポートを行います。



専門スタッフと一緒に取り組んでみませんか？

肥満を解消したいと思っているあなたを私たちがサポートします！
一緒に取り組みたい方、ぜひお声かけください。

リハビリだより

『ここから』のリハビリで

歩きやすさ

生活のしやすさを

取り戻してみませんか？

Let's Try!



こんなことで
悩んでいませんか？



肥満



高血圧



肩腰の痛み



ここからでできること

01



健診&リハビリ専門職による
マンツーマン指導

02



健診データ分析に基づく
運動&栄養指導マンツーマン指導

03



姿勢と生活習慣を変える
ヨガ & ピラティス



肥満 & 高血圧で悩んでいた Aさんの場合…

自分に合った内容をアドバイスしてくれます！

月2回利用しています。お陰さまで体重も緩やかに減り、血圧も落ち着いてきました。
自分の体に合う運動や食事内容のアドバイスをしてくれるのがありがたいです。

i-リハビリステーション

ここから



小林記念病院デイケアセンター内
愛知県碧南市新川町3丁目88

ご予約・お問い合わせ

☎ 070-7667-2484

✉ ireha.kokokara@aiseikan.or.jp

完全予約制 お電話またはメールにてご希望日時をお教えてください

サービス料金

※当サービスは保険適応外の料金です。

都度利用 60分 6,000円(税込)

初回体験クーポン
初回体験
通常価格 60分 3,500円(税込)のところ…
今なら 60分 1,000円(税込)
KOKOKARA
※おひとり1回のみ利用となります
有効期限:2023年4月末まで



愛生館グループ事業所MAP

至名古屋

至刈谷

高浜市

安城市

小林記念病院

●透視センター

碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-0004



デイケアセンター

碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-3000



健康管理センター

碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-6548

小規模多機能ホームひまわり・福釜

安城市福釜町小六 75-2
電話 (0566)92-5100



特別養護老人ホームひまわり・安城

- デイサービスひまわり・安城
- ケアプランセンターひまわり・安城
- ひよっこ保育所

安城市福釜町下山 81-1
電話 (0566)92-0088



特別養護老人ホームひまわり

- デイサービスひまわり
- 碧南市鷺林町 4-109-1
電話 (0566)41-0865
- ケアプランセンターひまわり
- ヘルパーステーションひまわり
- 碧南市鷺林町 1-117
電話 (0566)41-0280



碧南市養護老人ホーム

碧南市鷺林町 4-109-1
電話 (0566)41-0895



老人保健施設ひまわり

碧南市三角町 1-7-1
電話 (0566)41-0007



小規模多機能ホームひまわり

碧南市三角町 1-9-2
電話 (0566)41-0505



複合施設CORRIN

- 幼保連携型認定こども園 ひまわり
- 放課後等デイサービス たいよう
- 児童発達支援事業所 さんさん
- 高齢者デイサービス 碧カレッジ
- 地域交流サロン ハーモニーホール

碧南市大堤町 1-11
電話 (0566)45-6001



愛生館本部

碧南市新川町 3-95
電話 (0566)41-7621



しんかわ訪問看護ステーション

碧南市篁田町 1-17-2
電話 (0566)41-5522



はとぼっぼ保育所

碧南市篁田町 1-17-2
電話 (0566)48-4348



ベンリーひまわり碧南中央店

碧南市栄町 1-10
電話 (0566)45-5845



〒447-8510 碧南市新川町 3-88
TEL (0566) 41-0004 FAX (0566) 42-5543

メールアドレス info@aiseikan.or.jp

ホームページ

愛生館

検索



採用特設サイト



YouTube



Facebook



Instagram



 **愛生館**
AISEIKAN GROUP