

# きんもくせい

病院だより

vol.141

令和7年  
3月号

## 病気は「予防する」時代へ 年に一度は人間ドックを！ 人間ドックのススメ



▲当院人間ドック・健診センター受付の様子

健康の維持・管理は、今や病気が発症してから治療するのではなく、予防する時代へと変わりつつあります。特に、生活習慣病やがんなど、早期発見が重要な病気が増えている中で、定期的な健康チェックがますます重要になっています。その中でも「人間ドック」は、病気の兆候を早期に発見し、予防や早期治療へとつなげるための強力な手段です。

「年に一度の人間ドック」は、あなたの健康を守るための第一歩となります。普段の生活では気づきにくい体の変化を

チェックし、医師や保健師、管理栄養士からのアドバイスを受けることで、より健康的な生活習慣を身につけることができます。また、自分の健康状態を知ることによって、心身の安心感も得られるでしょう。

今号では、なぜ人間ドックが必要なのか、そしてその受診がもたらすメリットについて詳しくご紹介します。忙しい日々の中で、少しの時間を確保して、あなたの未来の健康を守るための第一歩を踏み出してみませんか？

# 健康を守るために：人間ドックで早期発見と予防を

人間ドック・健診センター 副センター長 なかがわ ほなみ 中川 穂波

## 人間ドック・健診（健康診断）の必要性

医学の中には「予防医学」と「治療医学」があります。現在は、病気は『治す』から『防ぐ』時代に変化し、「予防医学」が注目されています。

人間ドック・健診（健康診断）を受診することで、生活習慣病やがんなどの病気を早期に発見するとともに、検査から得られたデータから食生活や生活習慣を見直し、生活習慣病の予防により、健康寿命を延ばすことに繋がります。



▲落ち着いた雰囲気の当センター受付ロビー

## 人間ドックと健診（健康診断）は何が違うの

健診（健康診断）は検査内容が限られているため、体全体をチェックするには限界があります。人間ドックでは多項目にわたり詳しい検査を行うことから、健診（健康診断）では異常のない方でも、人間ドックでは異常が見つかることがあり、多くの病気の早期発見に効果があります。私たちは、自覚症状が出て初めて病気に気が付くことが多いです。自覚症状が現れる時には病気はある程度進行しており、とくに『がん』は、治療が極めて困難となることがあります。人間ドックを受診することで、健診だけではわかりにくい疾患や病気の早期発見・早期治療に繋げることが大切です。

## 当センターの取り組み

当センターでは、職員一丸となって、待ち時間の短縮に努めています。受診時間は検査項目の数により差はありますが、概ね2時間～3時間で検査終了となります。最短1時間30分で終了する方もいます。さらに、人間ドック終了時には、季節感を意識した2段弁当をお渡ししています。

待合スペースにはテレビモニターを設置し、待ち時間を利用して検査の説明や健康に関する知識を増やしていただく工夫をしています。説明動画には、「胃がんリスク検査」「胃の検査前の準備体操」「胃の検査後の注意事項」「大腸がんは早期発見・早期治療が完治の鍵」「何が分かる腹部超音波」「乳がん検診」「子宮がん検診」等があります。知識を増やしていただく内容には、理学療法士が教える「待ち時間に筋力アップ」の動画や、「認知症自己判断チェックに挑戦！」栄養士監修の「野菜を食べよう」「糖質クイズ」「脂質について」等の動画があります。また、『女性の健康を考える!』『栄養士が教える!健康の秘訣』として、QRコードを読み取って、動画や画像を見て知識を増やしていただく取り組みも行っており、ご自宅でも自由に見ることができます。また、当院はFree Wi-Fiを備えており、ご自身の携帯電話から閲覧できる環境を整えています。

また、特定保健指導にも力を入れており、受診者の生活習慣改善のため管理栄養士や保健師が、コミュニケーションを大切にきめ細やかな保健指導を行っています。特定保健指導の対象者の方には体組成計による測定も行い、よりご自身の体の状態を知ることができるような取り組みも行っています。



▲管理栄養士等によるきめ細やかな特定保健指導

受診者の皆さまが当センターの人間ドックを「受診して良かった」と感じていただけるよう、受診者満足度調査を継続的に行い、皆さまの声を反映出来るように取り組んでいます。受診予約に関するご意見を受け、忙しい方もご都合の良い時間に予約していただけるよう、ウェブサイトでの予約受付を開始しました。今年度は、WEB予約の更なる改善に努め、胃カメラ検査がWEB予約できるようになるなど、利便性の向



上を図りました。さらに、講師を招いて接遇研修にも力を入れ、ご利用される皆さまへの気持ちの良い対応を心がけています。



▲丁寧かつ親切な対応でお迎えます。

## 市民のみなさまへ

人間ドックは検査料金が高いと思われるかもしれませんが、しかし、冒頭で述べたように、病気は『治す』から『防ぐ』時代になってきています。ご自身の加入している健康保険組合によっては、人間ドックの補助を受けられる可能性があります。掛川市国民健康保険や袋井市国民健康保険の加入者の方も各市の補助が受けられます。保険組合の中には、扶養者の方も補助を受けられる場合もあります。是非、ご確認ください。『ご自身と大切な家族を守る』ためにも、長い人生航路の中、1年に1回の当センター人間ドックの継続受診をおすすめします。

◆詳細は当センターホームページへ



## 看護部通信

### 健康寿命はあなたの意識で変わります

人生100年時代に向けて、国をあげて疾病予防・健康づくりが推進されています。当院の人間ドック・健診センターでは、①病気のリスクを確認して発症を予防する、②病気を早期に発見し早期治療につなげる、③病気の悪化や重症化を予防することを目的に検査や保健指導を行っています。

当センターでは、病院併設型の健診センターのメリットを活かし、外来や病棟での経験をもとに、より説得力のある説明や指導を行っています。個人の生活に合わせた具体的な食事や運動内容の提案、そして生活習慣を改善する方法をお伝えし、病気の予防につなげています。実際に生活習慣が改善された方、思うように改善されず治療が必要になった方など、様々な方がいらっしゃいます。しかし、まずは、できることから始めることが大切です。健康の維持・増進に意識を向けていただき、生活の質を少しでもあげられるようお手伝いできれば幸いです。

健康寿命に焦点を当て、受診者さまが正しい生活習慣や体力づくりの方法などを見出せるよう私たち人間ドック・健診センターのスタッフと一緒に考えてみませんか。



▲保健指導を行っている人間ドック・健診センター保健師

## 日帰り人間ドック検査料金改定(令和7年4月1日から)のお知らせ

人間ドック・健診センターでは、近年の物価高騰による光熱費、材料費等の値上げを踏まえ、この度、検査料金の改定をさせていただくことになりました。

《検査料金》

◆改定前 40,700円(税込み) → ◆改定後 44,000円(税込み)

《改定日》

令和7年4月1日

※検査項目内容に変更はございません。

●問合せ 人間ドック・健診センター ☎0537-28-8028 (9:00~16:30 土日祝日・年末年始除く)

### 病院だより「きんもくせい」記載内容の一部誤りについて(お詫び)

先月発行いたしました病院だより「きんもくせい」2月号vol.140において、文章中に誤りがありました。以下のとおり訂正させていただくとともに、深くお詫び申し上げます。

《訂正箇所》 3ページ下段 看護部通信 画像の説明文

《訂正内容》 誤) ▲退職支援の打ち合わせする様子

正) ▲退院支援の打ち合わせをする様子

# RECRUIT 2026年4月採用職員募集

当院リクルートサイトに募集情報を順次公開予定

地域に  
貢献

研修  
充実

安定

子育て  
応援

詳細はこちら



2026年度  
募集予定  
の職種

看護師、助産師、薬剤師、臨床検査技師、診療放射線技師、管理栄養士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、臨床工学技士、事務職員など  
※募集職種や募集内容は決まり次第、順次ホームページに掲載します。

現在募集  
中の  
職種

以下の会計年度任用職員を募集しています。  
看護師、臨床検査技師、メディカルエイド(看護補助者)、医師事務作業補助者、人間ドック・健診センター事務職員  
※詳細はホームページ、ハローワークの求人情報をご確認ください。

3/15(土)開催

## 医療市民講座のご案内

「不整脈・心房細動」と「脳卒中」について、当院の医師がわかりやすく説明します。

**日時** 2025年3月15日(土)  
午前10時～正午(開場9時30分)

**場所** 袋井市月見の里学遊館うさぎホール  
(袋井市上山梨4-3-7)

**定員** 300名(先着順)

**申込み** 3月14日(金)午後5時までに  
電話、専用申込フォームから。

**問合せ先** 経営戦略室  
0537-21-5555(代表)

参加  
無料  
どなた  
でも

詳細はこちら



## 2026年4月新卒向け 事務職員就職説明会

**日時** 2025年3月14日(金)午後2時から

**場所** 当院3階大会議室

**対象** 2026年3月に大学・短期大学・  
専門学校を卒業予定の方

**内容** ・医療業界や当院概要の説明  
・事務職員のお仕事紹介  
・職場見学(普段見ることができない  
場所にもご案内します)  
・テーブルトーク(若手職員との座談会)  
など

**申込み** 専用申込みフォームから

**問合せ先** 管理課 職員係  
0537-21-5555(代表)

申込  
フォー  
ム



## がんサロン「ぬくもり」 イベントのご案内

**日時** 2025年3月27日(木)午後1時～3時

**場所** 当院8階東病棟803号室 がんサロン「ぬくもり」

**内容** 「スケルトン写真を作ろう!」

**申込み** 電話・ホームページの申込フォーム・  
がん相談支援センターに直接来院

**問合せ先** がん相談支援センター  
電話0537-28-8159  
※平日8時15分～16時



申込みはこちら

## 1月の 診療実績

1日あたりの患者数		
入院	450人	
外来	1,239人	
紹介率	86.8%	
逆紹介率	123.1%	
病床利用率	90.1%	
平均在院日数	9.9日	
手術件数	574件	
救命救急センター受診者数	2,156人	
救急搬送件数	794件	



外来担当医表  
こちらから



病院だより「きんもくせい」は、中東遠総合医療センター、掛川・袋井両市役所及び一部の市内公共施設にて無料で配布しております。

ホームページ <https://www.chutoen-hp.shizuoka.jp/>

過去の病院だよりをホームページでご覧いただけます。 [中東遠](#) [Q検索](#)

スマートフォン・タブレットからアクセスする際にはQRコードをご利用ください



〒436-8555  
掛川市菖蒲ヶ池1番地の1

TEL 0537-21-5555



日本医療機能評価機構  
認定第 JC2093 号