

# インフォメイトしよ

## ▶ 特集：予防・健診センターのご紹介 ～予防医学の世界によろこそ～

2022.Sep

Vol. **36**

▷▷ Topics: 形成外科について／ぶるべー号(コミュニティタクシー)のご紹介  
新型コロナウイルス情報

- 〈理念〉  
一人ひとりの命と健康を守り、医療の質の向上に努め、熱意と誇りを持って地域社会に貢献することを目指します
- 〈方針〉
- 1 地域医療支援病院として地域連携を推進します
  - 2 科学的根拠に基づいた医療を提供します
  - 3 急性期病院として高度専門医療、救急医療を実践します
  - 4 がん拠点病院としてがんの予防から治療までを担います
  - 5 信頼される優れた医療人を育成します
  - 6 健全な病院経営に努めます



## 果物を食べて食欲増進

実りの秋です。柿やぶどう・梨など、秋の季節を感じさせてくれる果物が出てきました。一年間を通して店頭に置かれる果物も多くなりましたが、果物の季節感は大切にしたいものです。

食品としては、ほとんどの果物は“水分”、“糖分”、“ビタミン類”、“食物繊維”などを含みます。残暑の時期、すっきり・さっぱりした酸味と甘味で、食欲をかき立ててくれるメリットは大きいです。

とはいえ、食事代わりとするには日本の果物は糖分が多すぎます。少しの果物を食欲増進のために食前や食後に利用するのがお勧めです(食事はなるべく主食・主菜・野菜の副菜を揃えましょう)。

食が進まない時は、ジュースにして楽しむ方法もあります。一口の冷たいジュースが、空腹を思い出させてくれることもあります。

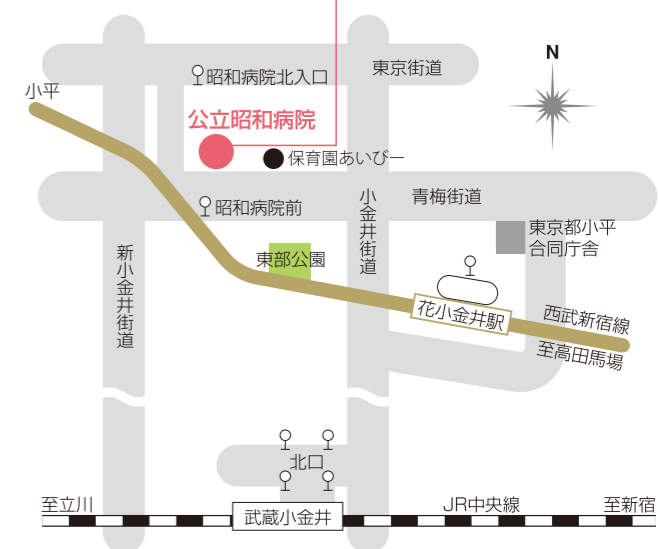
但し、血糖値が高くなりやすい方は、ジュースにすると吸収が早くなり、血糖値を急上昇させてしまいます。そのままの形で、ゆっくりよく噛んで食べるようにしましょう。皮を剥いて一口大にカットして、冷凍しておく方法もあります。

気温の変化が大きい時期ですが、しっかり食べる工夫の一つとして果物はいかがでしょうか。



### ■ 交通案内

- 西武新宿線「花小金井」駅 北口下車
- 立川バス『寺51』昭和病院行き乗車8分「昭和病院」下車  
立川バス『寺56』大沼団地行き乗車8分「昭和病院前」下車
- JR中央線「武蔵小金井」駅 北口下車
- 西武バス『武21』錦城高校経由東久留米駅西口行き乗車20分  
「昭和病院北入口」下車900m
- JR中央線「国分寺」駅 北口下車
- 立川バス『寺51』昭和病院行き乗車30分「昭和病院」下車  
立川バス『寺56』大沼団地行き乗車30分「昭和病院前」下車
- 西武池袋線「東久留米」駅 西口下車
- 西武バス『武21』西団地経由武蔵小金井駅行き乗車20分  
「昭和病院北入口」下車900m
- 西武新宿線「小平」駅
- 北口下車小平市コミュニティタクシー(ぶるべー号)  
大沼ルート乗車15分「昭和病院」にて下車
- 南口下車西武バス『武17』昭和病院経由  
武蔵小金井駅行き乗車10分「昭和病院」下車
- 都営バス『梅70』青梅車庫前～花小金井駅北口「昭和病院前」下車



公立昭和病院

【発行】公立昭和病院  
【編集】広報委員会

〒187-8510 東京都小平市花小金井8-1-1 [www.kouritu-showa.jp](http://www.kouritu-showa.jp)  
Tel:042-461-0052(予約専用ダイヤル:042-461-4896) Fax:042-464-7912





# 予防医学の世界にようこそ

## 健康寿命をのばしませんか！

これまで会社や職場、あるいは市町村による健康診断を受けて合格し、安心していませんか？  
がんや脳梗塞、心不全、糖尿病などの病気は、年齢を重ねる毎に罹りやすくなります、つまり定年を過ぎてからが問題です。  
そのような病気の予防や早期発見のために、人間ドックを一度受けてみてはいかがでしょうか？  
それが健康寿命を延ばすことにつながります。



【写真前列 右】 予防・健診センター 担当部長  
石塚 裕昭 Ishizuka Hiroaki  
【写真前列 中】 予防・健診センター センター長  
永尾 重昭 Nagao Shigeaki  
【写真前列 左】 予防・健診センター 医長  
岩崎 美智子 Iwasaki Michiko

### 【施設の特徴】

当院が人間ドックの事業を開始したのは1974年で、本年で約50年になります。そして2017年以降は日本人間ドック学会の健診施設機能評価施設として認定されており、この認定を受けている施設は全国で406施設、東京都内では66施設しかありません。



日本人間ドック学会  
認定施設マーク

当院の予防・健診センターは病院の地下1階にあり、武蔵野の森をイメージした雰囲気の中で寛いで受診していただけます。

診察にあたっては、ドック学会認定医をはじめとして、関連する学会の専門医が担当しており、健診の結果に応じて該当する当院の各診療科にご紹介しています。その結果、令和3年度では1日ドック3329名、半日ドック484名、計3813名の内、45名のがん患者さんが見つかっています。また、その他に困りごとやご心配のある場合には、該当科または地域の医療機関にご紹介いたします。

令和3年度がん発見者数	
胃がん	11件
大腸がん	6件
前立腺がん	6件
乳がん	4件
肺がん	4件
食道がん	3件
血液疾患	2件
腎臓がん	2件
すい臓がん	2件
その他	5件
計	45件

### 【人間ドックのメニューの概要】

検査項目	1日ドック					半日ドック				
	1日ドック	半日ドック	脳ドック	土曜日ドック	土曜日半日ドック	1日ドック	半日ドック	脳ドック	土曜日ドック	土曜日半日ドック
身体測定	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
聴力検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
肺機能検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
胸部レントゲン検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
心電図	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
胃バリウム検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
胃内視鏡検査	★	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ピロリ菌検査	★	○	○	○	○	○	○	○	○	○
腹部超音波検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
尿検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
便潜血検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
血液検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
糖尿病検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
肝炎検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
リュウマチ検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
脳MRI	○	○	○	○	○	★	○	○	○	○
脳波	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
頸部超音波検査	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

★はオプションとして追加可

### 【人間ドックのタイムテーブル】

お申込み（お電話または予防・健診センター窓口） ※詳しくはP6をご参照ください。

【1日ドック】	【半日ドック】	【脳ドック】
8:00 受付・医療面接	13:30 受付・医療面接	11:00 受付・医療面接
8:30 オプション:ヘリカルCT ○腹部超音波検査 ○心電図・肺機能検査 ○胸部レントゲン検査 ○聴力検査、腹囲測定	14:00 ○採血 ○身体測定 ○血圧測定 ○視力測定 ○聴力検査 ○腹囲測定	11:15 ○採血 ○身体測定 ○血圧測定 ○視力測定 ○眼底・眼圧検査 ○心電図 ○聴力検査 ○腹囲測定
9:00 オプション: マンモグラフィー、胃カメラ 骨密度	14:15 ○心電図 ○肺機能検査 ○腹部超音波検査 ○胸部レントゲン検査	○胸部・頸部レントゲン検査 ○知的機能検査
10:00 ○胃バリウム検査 ○眼底・眼圧検査 【子宮がん・乳がん検診は時間調整後ご案内します】	14:30 ○眼底・眼圧検査	会計・昼食 1階ファミール
11:00 内科診察・結果説明 (※人数等により時間が変更します)	14:30 内科診察 結果説明	13:00 ○MRI・MRA検査
会計・昼食 1階ファミール	15:45 保健師、看護師との保健相談 (※該当者)	13:30 ○頸部超音波検査 ○脳波・重心動揺検査
12:30 オプション:乳腺エコー検査		14:30 一般内科診察 結果説明
13:15 管理栄養士との栄養相談 (※該当者)		16:00 神経学的診察 結果説明
13:30 オプション:MRI・MRA検査		17:00
終了		

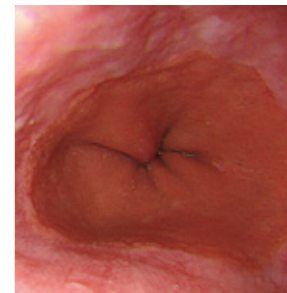
※記載の時間は目安になります。



「オプション検査」

上部消化管内視鏡検査(胃カメラ)

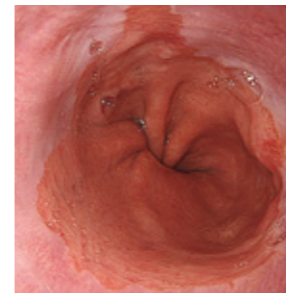
食道や胃の潰瘍、ポリープやがんの有無を検査します。ご希望の方には経鼻内視鏡での検査が受けられます。



【従来の経口スコープ】



【経鼻スコープ】



【最新の経口スコープ】

【内視鏡システム】

最大の利点は、4K対応のモニターに患部の高精細な映像が映し出され、早期発見・早期診断が可能になったことです。用いるスコープには、新たに鼻からハイビジョン観察できる機器と拡大機能を持ちスクリーニングから精密検査までできる機器を導入しています。

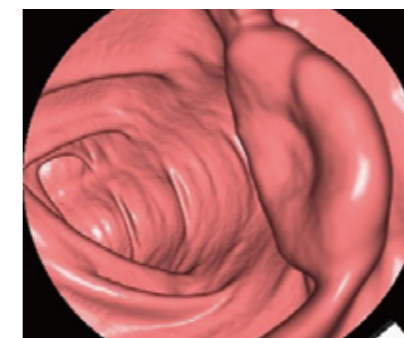
胃がんリスク検診

胃の粘膜の炎症による萎縮の程度を示す血液中のペプシノーゲン濃度とピロリ菌感染の有無を調べます。これらの結果により、胃がんのリスク判定が可能になります。リスクのある方には胃の内視鏡検査をお勧めします。

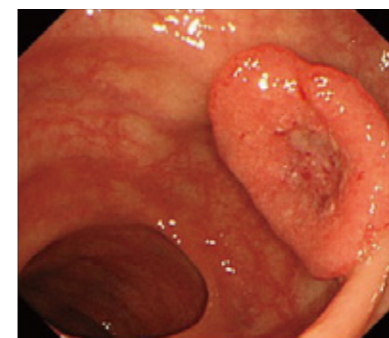
CTによる大腸がん検診

これまでは大腸がんの画像診断として、身体に負担のあるバリウム注腸検査や内視鏡検査が主に行われてきましたが、当院では高性能のCTを使った仮想大腸内視鏡検査(CTC/CT Colonography)を行っています。

大量の下剤などによる腸内洗浄は不要で、肛門から炭酸ガスを注入してCT画像を撮影し、コンピュータ処理で大腸の病変の有無を診断します。



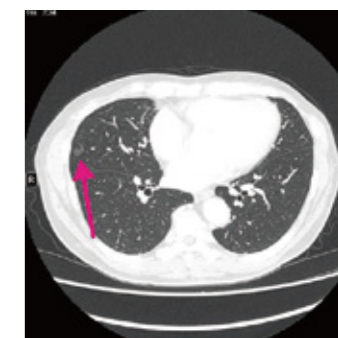
【CTCによる仮想内視鏡像】



【CTCによる実際の内視鏡像】

肺がん検診

CT検査により、通常の胸部X線撮影では発見しにくい肺がんを診断します。これに喀痰検査を加えてより正確な診断を行います。



【肺がんのCT像】

乳がん検診

マンモグラフィ検査と超音波検査があります。40歳以上の方にお勧めします。また、両者を併用することで診断の精度があがります。女性医師と女性技師が担当します。

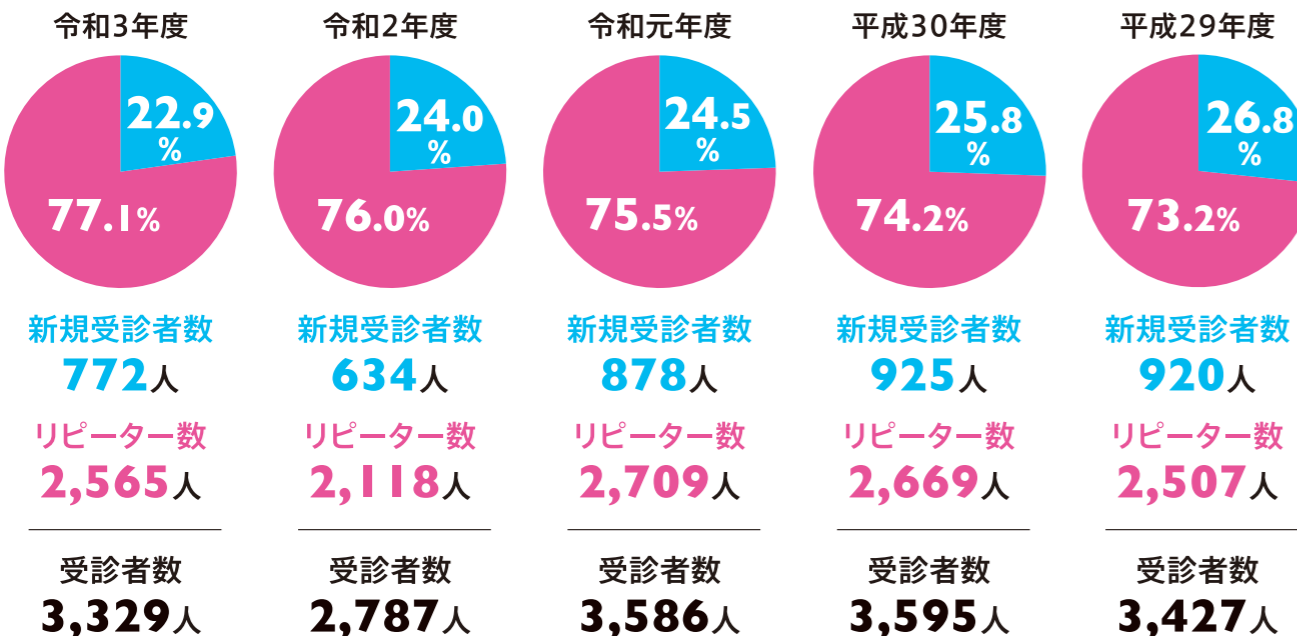
子宮がん検診

子宮頸部の細胞を採取し、異常が無いか調べます。他のがんと比べて若い世代で増加しています。女性医師が担当します。

腫瘍マーカー検査

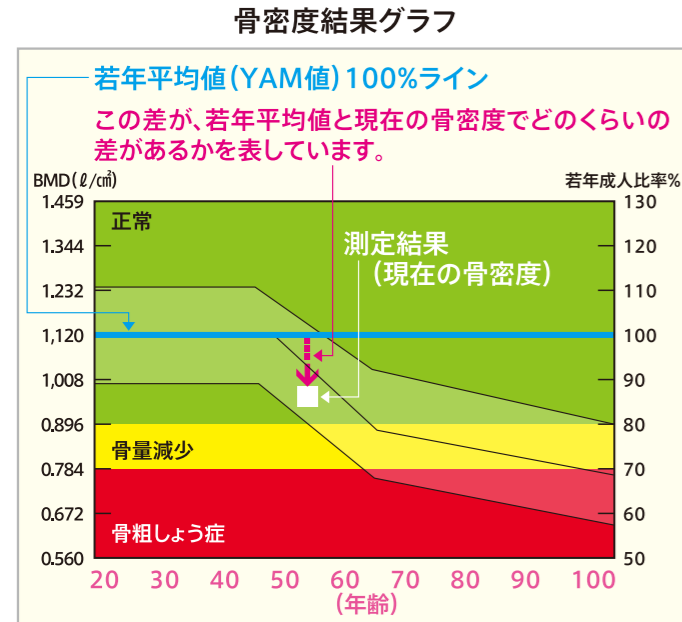
腫瘍マーカー(AFP、CA19-9、CEA)とPSA(男性のみ)の血中濃度を測定します。AFPは肝臓がん、CA19-9は消化器系のがん、CEAは様々ながんとの関連があります。PSAは前立腺がんに関連します。

「予防・健診センターの受診者数」



骨密度検査

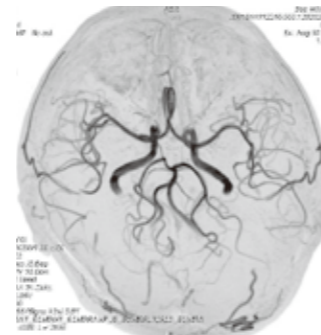
DEXA法によるレントゲンで検査します。骨密度などを測定し骨粗しょう症のリスクを診断します。



【診断結果の図表】

脳ドック(MRI、MRA)検査

強い磁力と電波を使って頭頸部の断面写真を撮ります。脳梗塞、脳腫瘍などの疾患や脳動脈瘤、頸部の血管狭窄などを診断します。



【脳MRI像】

主な検査の料金については、6ページに記載してあります。また、ご不明な点がございましたら予防・健診センターにお問い合わせください。伝統と実績のある当院予防・健診センターのゆとりと寛げる空間の中で、ご自身やご家族の健康や幸福のために受診されることをお勧めします。職員一同「分かりやすく親切な健診」をモットーに、常に笑顔で接遇できるよう努めています。

師長 池田 香代



当院の予防・健診センターは、経験豊富なスタッフを揃え、皆様をお迎えしています。人間ドック終了後には、医師から結果を聞いていただきますが、さらに看護師・保健師が結果

についての説明や、心配事・疑問にお応えいたします。問題が見つかった場合には、病院併設の特色を活かし、精密検査、治療のご案内しています。また、管理栄養士による生活習慣や食事内容のアドバイスもおこなっています。生活の乱れや生活習慣病が気になる方、衰えを感じている方はもちろんのこと、健康に自信がある方もぜひご自身の健康チェックを！予防健診センターでお待ちしています。



# 形成外科について

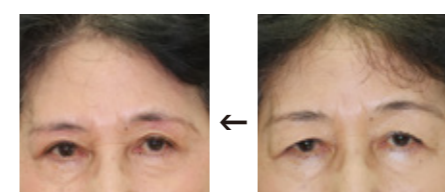


形成外科は、「整形外科」と発音が似ているので混同されやすいのですが、体の形を治す外科として他の外科には無い特徴があります。傷をきれいに治したり、癌などで失われた機能を修復して、形を作る外科です。頭や顔を含むからだ全体を治療対象としていて、けが、やけど、ケロイドの治療、皮膚や皮下の腫瘍の切除、生まれつきの変形や異常に対する形成手術、癌や外傷などによる欠損や傷あとに対する再建手術など、大変広範囲に及びます。ただ治すというだけでなく、きれいに治す、というのが重要で、その技術に応用したものが、いわゆる美容外科です。

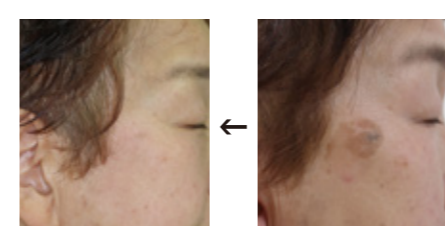
次号の形成外科特集では、眼科開業医の先生方や、当院眼科からご紹介いただく、眼瞼下垂症や逆さまつげの治療(保険)を中心に、シミ・いぼ・ホクロなどを対象とした美容レーザー(自費)についてもご紹介いたします。



[典型的な眼瞼下垂症の外観]



[術後6ヶ月] [眼瞼下垂症手術 術前]



[レーザー後] [シミレーザー前]



## 予防・健診センターのご紹介

当院の予防・健診センターは(公)日本人間ドック学会の「人間ドック健診施設機能評価」の認定を受けている健診施設です。落ち着いた空間で、専門の医師による質の高い健診を提供しております。

当院の人間ドックは、【1日ドック】【半日ドック】【脳ドック】の各コースと【CTによる大腸検査】があります。【1日ドック】コースのみ、各種オプション検査の追加が可能です。なお、構成市(小金井市、小平市、東村山市、東久留米市、清瀬市、東大和市、西東京市)にお住まいの方には、特定のオプション検査料に割引があります。予防・健診センターでは感染防止対策に努めつつ、皆様をお迎えしております。

### 経鼻内視鏡を始めました

1日ドックコースでは、今までの経口(口から)内視鏡に加え、経鼻(鼻から)内視鏡を開始しました。また、2021年より、腫瘍マーカー(AFP、CA19-9、CEA)や、甲状腺機能検査、骨密度検査(DEXA法)等のオプション検査が増えました。詳しくは予防・健診センターまで、お問い合わせください。

### 健診についての予約・お問い合わせはこちら

Tel | 042-466-1800 (予防・健診センター)

受付時間 | 平日9時～16時

※詳細はホームページでも確認いただけます。



基本料金	
1日ドック	50,600円(税込)
[受診日] 毎週月曜～金曜日 ※オプション可	
半日ドック	38,500円(税込)
[受診日] 毎週月曜～金曜日 午後	
脳ドック	82,500円(税込)
[受診日] 第1・4木曜、第2・3水曜	
土曜日1日ドック	61,600円(税込)
[受診日] 5月・8月・1月	
土曜日半日ドック	40,700円(税込)
[受診日] 5月・8月・1月	
CTによる大腸検査	31,900円(税込)
[受診日] 毎週水曜 午後	

### 構成市住民対象プラン

構成市住民半日ドックプラン (オプション不可)	38,500円(税込) → 26,950円(税込)
構成市住民対象CTによる大腸検査	31,900円(税込) → 22,330円(税込)
1月～5月までの期間限定構成市住民1日ドックプラン (オプション不可)	54,780円(税込) → 46,200円(税込)

構成市: 小金井市 小平市 東村山市 東久留米市 清瀬市 東大和市 西東京市  
 (※構成市住民料金は、ご加入の健康保険組合等によっては、対象外となります。)

## 昭和病院

↑ 10分 ↓

## 小平駅

¥150

「ぶるべー号」は、小平市が運行を支援しているコミュニティタクシーで、どなたでもご乗車いただけます。

昭和病院の構内に停留所があり、30分間隔で運行しています。料金は一律150円、小平駅までおよそ10分で到着します。車両も昨年新しくなっていて、抗菌加工やウイルス除去装置の設置など、感染症対策も強化されています。

昭和病院を通っている大沼ルートは、小平駅入口(小平駅北口)～西武台住宅～大沼公民館・図書館～昭和病院～大沼公民館・図書館～小平駅入口(小平駅北口)を循環していて、ほかのバスに乗り継ぎができる停留所もあるので、上手に乗り継ぐと、さらに便利にご利用いただけます。

また、車内で販売しているお得な一日乗車券や回数券を購入すると、参加店でお得なサービスが受けられる「サンクスクーポン」をもらえます(詳しくは、小平市のホームページをご覧ください)。

路線図

時刻表

### 新型コロナウイルス情報

【当院が取り扱った本感染症の患者数】(5/1～7/31まで)

区分	5月	6月	7月
入院患者数	56	50	106
(再掲) 疑い症例入院数	25	24	27
(再掲) 陽性入院患者数	31	26	79

区分	5月	6月	7月
帰国者・接触者外来	414	375	588
(再掲) 発熱テント外来	87	34	—
PCR検査実施患者数	373	326	507
PCR陽性患者数	44	13	153

入院患者の内訳(単位:人) 発熱外来等患者の内訳(単位:人)