

# 健康 わんだーらんど Wonder Land



夏号 2024  
Vol.78

予防医療センター広報誌『健康わんだーらんど』です。今回は「健診研究会開催」について報告いたします。

## 「九州沖縄健診施設研究会合同大会を開催いたしました！」

佐世保中央病院 予防医療センター 次長 今里 孝宏

九州沖縄健診施設研究会は、九州内の健診施設が交流を通して意見交換を行い、予防医療活動従事者の資質向上を図ることによって、予防医療の発展に貢献をすることを目的としている団体です。

現在、当施設が代表幹事施設として、運営に携わっており、本年2月17日18日の両日、アルカス佐世保にて、第25回九州沖縄健診施設研

究会ならびに第8回九州健診経営研究会、日本人間ドック学会 地域交流セミナー in 佐世保を合同開催いたしました。2000年に設立された「九州予防医学研究会」は、学術大会、予防医学塾の開催、会誌

の発行など、様々な活動を続けて参りましたが、質の高い予防医療と健診事業を持続的に提供するための研究会の在り方を検討し、2021年4月より「九州沖縄健診施設研究会」へ名称と組織を変更し

新たな歩みを始めています。本大会は、前代表幹事施設よりバトンを受け、佐世保の地で開催することとなりました。日本人間ドック・予防医療学会の荒瀬理事長からは、「日本人間ドック学会の学会名変

更と今後の方向性」と題したご講演をいただき、学会として、今後目指すべきビジョンについてお話いただきました。また、本研究会として、初め

での開催となった市民公開講座では、テーマを「慢性腎臓病と大腸がんを学ぶ」とし、長崎大学病院腎臓内科の西野友哉教授からは、「腎生100

年時代を取り巻く環境と心がまえ」、済生会熊本病院予防医療センターの満崎克彦医師からは、「今、その大腸がん見逃していませんか？－早期

発見が命を救う－」のご講演がありました。どちらも年々増加している疾患であり、自覚症状が現れにくく、検診を受けて見つかるケースが多いため、会場に詰めかけた市民の

皆さまの関心は高く、活発な質疑応答が行われ、有意義な機会を提供することが出来ました。



日本人間ドック・予防医療学会  
荒瀬 康司 理事長



長崎大学病院腎臓内科 西野 友哉 教授



済生会熊本病院予防医療センター 満崎 克彦 センター長

本研究会大会の開催目的のひとつは、健診事業に関わる職種（保健師、看護師、臨床検査技師、放射線技師、管理栄養士、事務職）のスキルとモチベーションの向上であり、特に会員施設からの一般演題発表とグループディスカッションを重要視しています。これらについては、ここ数年のコロナ禍において企画を躊躇せざるを得ない状況でしたが、漸く時間を割いて企画することが出来ました。



一般演題においては、当施設から、事務職が「当施設におけるCSR活動について～併設健診機関における施設内連携～」、保健師が「生活習慣病予防健診受診者の塩分摂取における食傾向の実態について」を発表しました。また、指定演題については、事務職対象の「健診事務業務に関するトラブル対策について」、保健指導関連の「代謝異常に関する受診勧奨について」で発表しました。日頃より実施している取組みについて、参加施設間で発表し合うことで、新たな気付きや発見に驚かされるものです。特に、事務職と技師関連で企画しましたトラブル対策の発表には、参加者からの質問が相次ぎ、現場の業務に直結する課題として、関心の高さが見受けられました。次に、グループディスカッションについては、各職種グループに分かれ、指定されたテーマに沿って協議を行い、課題に応じた対策を導き出してもらいます。他施設の実際の取組み状況を生で聴き、情報交換することで自施設との違いを直に感じ取ることが貴重な体験と言えます。特に、保健指導に従事するグループで議論された第4期特定保健指導改訂については、今春より開始された喫緊の課題であったため、活発な議論が目立ちました。



昨今の健診事業においては、診療や検査技術、保健指導のように専門的な予防医療の提供に加え、アメニティや接遇など、幅広い領域で、より上質なサービスが求められています。そのなかで、我々は予防医療のプロフェッショナルとして、現状に満足せず、自己研鑽に努め、施設全体のレベルアップを図らなければなりません。しかし、同じ施設内で議論を行い、検討を重ねても様々な壁に直面し、ベストな解決策にたどり着かない場合があります。そのような場合は、本研究会へ課題や悩みを持ち寄り、衆智を集めて、より良い予防医療活動を創る場として活用いただきたいと思います。“One Kyushu Okinawa”を合言葉に、九州沖縄地区の予防医療の発展に寄与し、次世代へ繋ぐ研究会として、これからも多くの方々に認知されていくことを望んでいます。

## InBody測定をオプション検査に追加しました！



現在、メタボリックシンドローム(内臓脂肪型肥満)による健康問題に加え、フレイルやサルコペニアなど、筋肉の減少から引き起こされる健康問題が課題となっています。

InBody測定は、体を構成する基本成分である体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪を定量的に分析し栄養状態、体のむくみの有無、身体のバランスなど、人体成分の過不足を評価する検査です。部位別の筋肉量・体脂肪量の変化が把握でき、食習慣の改善や運動内容を検討するにあたり、有効な情報となります。また、食事療法や運動療法の効果を確認することにも有効です。

### 【体成分の分析】

- ★体脂肪 → 体脂肪が過多となると生活習慣病の要因になります。
- ★体水分量 → 水分均衡の崩れはむくみや栄養不良などに関係します。
- ★タンパク質 → タンパク質不足は、基礎代謝や免疫力の低下に繋がります。
- ★ミネラル → ミネラルの不足は骨粗鬆症などの要因になります。

### 【部位別筋肉量の分析】

腕・体幹・脚の筋肉量を分析します。どこの筋肉が発達し、どこの筋肉が少ないかを把握し、筋肉のバランスが評価できます。

例えば、右脚と左脚を比較した結果、筋肉量が少ない上に左右の均衡に差があると、体の重心が傾いて転倒のリスクが高くなったり、腰痛や関節痛の原因にも繋がります。



InBody 測定  
オプション料金：2,200円

### 《InBody測定ができない方(禁忌)とは?》

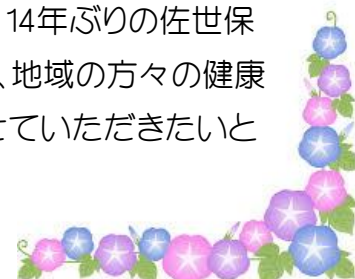
心臓ペースメーカーのような植え込み型医療機器を装着されている方は、測定できません。測定中に微弱な電流が体内に流れるため、装置の故障、生命の危機に繋がる恐れがあります。

## ◆ 予防医療センター 医師紹介



医 師  
ふじた ちあき  
藤田 千晶

このたび、予防医療センターで勤務させていただくことになりました藤田千晶です。高校時代、免疫応答に興味を持ったのをきっかけに医師を志しました。14年ぶりの佐世保での勤務となります。予防医療を通して、地域の方々の健康な生活のため、微力ながらお力添えさせていただきたいと考えております。



## 佐世保中央病院 予防医療センター 基本理念と基本方針

## 【基本理念】

受診者の健康を支援し、活力のある地域社会の実現に貢献します。

1. 生活習慣病の早期発見と予防の啓発に努め、健康の維持・増進をサポートします。
2. 検査技術や診断機器の精度向上を常に心がけ、質の高い健康診断を提供します。
3. 健康診断や保健指導を通して、受診者のライフスタイルを考えた継続的な支援を行います。
4. すべてのスタッフが相互に協力・連携して、受診者の皆様に満足いただける予防医療を提供します。
5. 予防医療業務で得られた個人情報の守秘義務と、受診者ご自身の知る権利を遵守します。

## 予防医療センター 診察担当医

	月	火	水	木	金
午前診察	常勤医 : 中尾・寺園・川内・藤田(千) 非常勤医 : 元永・原・藤田(陽)・石嶋・望月				
午後診察	※ 毎日4名の医師が担当いたします				
婦人科検診	布施	布施	布施	石丸	布施

## 健診に関するご予約・お問い合わせについて

☆健診をご希望の方は、**完全予約制**になっておりますので、予防医療センター窓口にお越しいただくかお電話でのご予約をお願い致します。

## ○お問い合わせ時間

月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00

○休診日 土・日曜日、祝日 8月14日～15日(夏季) 12月30日～1月3日(年末年始)

## 【予防医療センター直通】

電話番号 (0956)33-5335

FAX番号(0956)33-5336

メールアドレス sch-kenkoh@hakujujikai.or.jp

\*ただし、メールでのお申込は受け付けておりません。



## 編集後記

今回の“健康ワンダーランド”では、「健診研究会大会の開催」について、担当者より情報提供を行わせていただきました。ご参考いただければ幸いです。

猛暑が続いていますので、より慎重な熱中症対策、体調管理に充分ご留意いただき、お過ごしください。

次回発行日は、来年1月頃(冬号)を予定しています。どうぞご期待ください。

