



とうや医療福祉グループは、新型コロナウイルス感染防止に全力をつくしております。ご協力ありがとうございます

平成とうや病院 地域交流誌

なかま

2025年春号 vol.45

健康診断の結果を受け取つたら



平成とうや病院

副院長／内科医師

健診センター・訪問診療担当

加来 以久子



四月を迎え、平成とうや病院も新しい仲間を迎える新年度が始まりました。新年度の企業定期健診等も始まりました。

私達健診センタースタッフは、検査室や放射線科、外来の内視鏡部門や腰痛健診を担当している整形外科の先生方と連携して、皆さんのが安心してご受診いただ

くことができる環境を整えてお待ちしております。また、検査の結果は出来る限り当日のうちに説明ができるよう心がけております。ご自身の身体の異常や近年増加している生活習慣病（高血圧・糖尿病・脂質異常症等）の早期発見・治療にお役立ていただけると幸いです。

さて、健診は結果を受け取つた後が大切ですが、皆さんは実際のところどうされていますか？

- ① 結果をちゃんと確認していない
- ② 結果は見たが、見ただけで放置
- ③ 要検査項目（再検査・精査）があるにもかかわらず二次検査を受けていない
- ④ 要治療項目があるにもかかわらず医療機関を受診していない

なんて方はいらっしゃいませんか？

今日は健診結果の見方や対応について話を題にしたいと思います。

Dは、「健診と同じ検査を再度受けてでもらう、異常値が一時的なものか普遍的なものかを判断する」つまり健康診断の日にたまたま異常値が出たのか、本当に病気があって異常値が出たのかを確認してください、という意味です。従って、あ

健診結果の判定の見方

当院の定期健診の結果はAからGの七段階で判定しています（表1）。

判定区分	定期健診 判定区分
A	異常なし
B	軽度変化
C	要経過観察
D	要再検査
E	要精査
F	要治療
G	要治療継続

※G 治療中の項目で
A-C判定は有所見に含ます



総合判定は、これらの中で最も重視したい項目の判定を選んでいます。「要精査」の項目と「要再検」の項目がある場合は、ほとんどの場合Eを総合判定としていますが、「要精査」と「要治療」の両方がある場合は異常の程度によってEかFのどちらか深刻そうな方を総合判定に選んでいます。また、治療中の疾患があつてもコントロールが良好の場合は有所見者にはあたりません。

Aは文字通り「異常なし」です。Bは「基準から少し外れるが再検査や精査の必要のない状態」という意味です。心電図で所見はあるが病的ではない場合、胸部X線写真で前回と変化のない陳旧性所見などはBとしています。

Cは「基準を外れているが次回健診あるいは数か月後まで様子を見てもよい状態」という意味です。肥満や生活習慣病の場合は、生活改善をその間に行つて欲しいという期待も込めています。

問題はD、E、Fです。

まり時間を置かずに「コンディションを整えてもう一度検査を受けて頂きたい」という判定です。

Eは「健診で行った検査よりも更に詳しい検査を行い、異常の原因が何なのか、また、治療が必要な段階なのかを判断する」という意味です。

Fは、「明らかに治療が必要なレベルの異常値である」という意味です。

Gは、現在治療中の状態を表し、コントロールの良し悪しは判定していません。



どんな項目での異常が多いか

令和5年度の厚生労働省による定期健康診断実施結果報告によると、有所見率は58.9%で、この値は年々じわじわと上昇しています。項目別では、
1位が血中脂質（31.2%）、
2位が血圧（18.3%）、三位
が肝機能（15.9%）となっています。（表2）以下、血糖、心電図、貧血、聽力と続きます。生活習慣病に関連する項目の有所見率が高く、そのバックグラウンドに肥満の存在があると考えられます。但し、有所見率は「有所見者（異常の有った者）の割合」で、このすべての人に医師が要精査・要治療と指示しているわけではありません。



表2

令和5年度 厚生労働省による定期健康診断の実施経過報告 有所見率

厚生労働省定期健康診断実施結果報告	項目別	聴力(1000Hz)	聴力(4000Hz)	胸部X線検査	喀痰検査	血圧	貧血検査	肝機能検査	血中脂質	血糖検査	尿検査(糖)	尿検査(蛋白)	心電図
有所見率58.9	%	3.8	7.2	4.6	2.3	18.3	8.6	15.9	31.2	13.1	3.6	3.8	10.7

2位 3位 1位

令和6年度 平成とうや病院 職員定期健診 実施経過報告 有所見率

平成とうや病院職員定期健診	項目別	聴力(1000Hz)	聴力(4000Hz)	胸部X線検査	喀痰検査	血圧	貧血検査	肝機能検査	血中脂質	血糖検査	尿検査(糖)	尿検査(蛋白)	心電図
有所見率30.7	%	4.1	5.5	4.3		4.4	6.6	4.1	6.3	4.8	1.9	1.8	2.7

3位 1位 2位

表3

しかし、当院で健康診断を継続的に受けている皆さんの結果判定は必ず過去数回分の結果を踏まえており、前回まで要精査だったのが今回は要精査や要治療になっている

D. E. F. 判定があつたら

【所見内容】
 ◎聴力検査：右左 1000Hz、4000Hz どちらか一つでも「所見あり」となっている人数
 ◎血圧：上 140 以上、下 90 以上の人数
 ◎貧血・血中脂質・肝機能 判定 D ~ G
 ※G 治療中の項目で A-C 判定は有所見に含まず

$$\text{有所見率} = \frac{\text{G 治療中の項目で A-C 判定は有所見に含まず}}{\text{実施者数}} \times 100$$



健康診断は疾病の早期発見、早期治療を目的としているので、「疑わしきは引っ掛け」のスタンスで「要再検」「要精査」の判定を行うため、中には治療を必要としない変化が多く含まれます。したがって、病院で精査を受けたら「異常なし」だった、という場合が多く、お金と時間をかけて検査してもどうせ「異常なし」だろう、と受診を面倒に思われる方が多いのも理解できます。また、多くの生活習慣病は自覚症状のない事が多く、薬を飲むだけでなく医師から小言のような生活指導を受けるのも確かに煩わしいことでしょう。

対応できます。どうぞお気軽に健診センターへ足をお運びください。



季節の身体に嬉しいレシピ

季節に合わせた身体に嬉しいレシピ！（熊本の野菜を使って）

暖かい日差しが心地よく、春の到来を感じる季節となりました。春は新生活の季節でもあります、環境の変化に心身ともにストレスを感じやすく、体調不良を抱えている方も多いのではないでしょうか。春は色鮮やかな旬の食材が多く、たっぷりと栄養を含んでいます。そんな春の食材を使った、見た目、栄養ともに満足できるお弁当の紹介です。

Asparagus

アスパラガス



春に旬を迎えるアスパラガスですが、実は、熊本は毎年上位5位以内に入る生産量を誇ります。旬ということもあり、スーパーでもよく見かけるのではないでしょうか？

アスパラガスには体内でのエネルギー代謝を効率良くさせる働きがある「アスパラギン酸」というアミノ酸が含まれており、疲労回復を助ける働きがあります。

Bamboo shoot

たけのこ



また、熊本県は全国でも有数のたけのこ産地でもあります。なかでも柔らかい食感と甘みが特徴である「孟宗竹」という品種が有名で、3月～5月頃に収穫を迎えます。シャキシャキとした歯ごたえのたけのこには食物繊維が多いため、お腹の調子を整える働きもあります。

今回はお弁当の紹介ですが、たけのこご飯や肉巻きは日頃の食事にも取り入れやすいメニューとなっています。春の食材を使った料理でエネルギーチャージしませんか？

平成とうや病院

栄養部 管理栄養士

川上 華世



栄養部 栄養士

田中 彩乃



04 菜の花と桜えびの辛子和え

/材料

- ・菜の花 20g
- ・桜えび 0.5g
- ・薄口しょうゆ 小さじ 1/4
- ・みりん 小さじ 1/5
- ・からし(チューブ) お好みで

/手順

- 【1】菜の花はさっと茹で、水気を切っておく。
- 【2】Aを加え、混ぜ合わせる。



01

たけのこご飯

菜の花と桜えびの辛子和え

02

肉巻き

アスパラガス

03

えびの5色揚げ

五色揚げ

04

くまざく

熊本の野菜を使ったレシピ

熊本のアスパラガス
主な産地は鹿本 / 阿蘇 / 宇城 / 八代です。豊富な地下水と雄大な大地が育んだ、新鮮でみずみずしい食感。是非ご賞味ください。

春のいろどり弁当 〈材料 1人分〉

01 たけのこご飯

/材料

- ・精白米 75g
- ・水 110ml
- ・たけのこ(水煮) 25g
- ・油揚げ 10g
- ・食塩 0.1g
- ・薄口醤油 小さじ 1+1/2
- ・ほんだし 小さじ 1/4

/手順

- 【1】たけのこ、油揚げは2cm程度の短冊切りにする。
- 【2】洗った精白米に分量の水を入れ、具材と調味料を入れて炊飯器で炊く。

02 肉巻き

/材料

- ・豚ロース 20g
 - ・にんじん 10g
 - ・アスパラガス 10g
 - ・薄力粉 少々
 - ・サラダ油 少々
 - ・濃口醤油 小さじ 1/2
 - ・砂糖 小さじ 1/4
 - ・みりん 小さじ 1/4
- A

/手順

- 【1】にんじんを縦長の棒状にカットしておく。
- 【2】にんじん、アスパラガスは軽く下茹でし、冷ましておく。
- 【3】豚肉を広げ、2の材料をのせて巻き、薄力粉をまとわせておく。
- 【4】全体に焼き目が付くまで熱し、Aの調味料を加えてよくからめる。

03 えびの5色揚げ

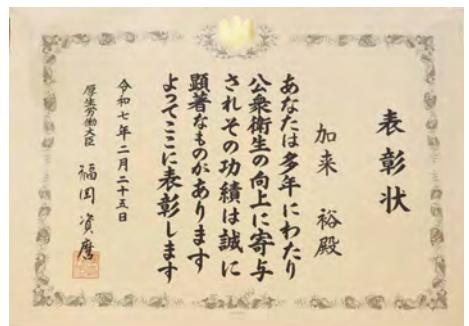
/材料

- ・えび 40g (2尾)
- ・天ぷら粉 5g
- ・水 7ml
- ・あられ 5～10g

/手順

- 【1】えびは背わたを取り、軽く水で洗い水気を拭き取っておく。
- 【2】天ぷら粉を水で溶き、えびにしつかりとまとわせ、あられを付ける。
- 【3】180℃に熱した油で揚げる。

当院の顧問、内科医師の加来裕先生が
令和6年度公衆衛生事業功労者に対する
厚生労働大臣表彰を受賞しました



令和7年2月25日、東京都千代田区のイイノホールで「令和6年度公衆衛生事業功労者に対する厚生労働大臣表彰」が行われました。公衆衛生事業活動を続け、その功績が特に顕著であり、その事業に携わる者の模範となる者を表彰するものです。厚生労働省より公衆衛生事業功労者として137名及び6団体が選出され、この度、平成とうや病院の加来裕先生が受賞し表彰を受けました。

【加来裕先生 功績の概要】

昭和57年10月より慶徳加来病院にて42年の永きに亘り地域住民の健康増進に尽力。また、熊本市医師会熊本県医師会役員として本県における公衆衛生保健衛生の向上に努め、各施策に専門的な立場から指導・助言を行つた。



とうや医療福祉グループ新入職員 2025.04.01

令和7年4月1日、春のうららかなこの日、とうや医療福祉グループは35名の新しい仲間を迎えるました。

入社式では理事長、院長より辞令交付が行われ、職員を代表し平成とうや病院看護部山口莉央さんが歓迎の挨拶を行いました。新入職員代表として水前寺こうや病院の栄養部高木七海さんが挨拶を行い、新たな意気込みが宣言されました。とうや医療福祉グループの一員として、新たな一步を踏み出した新入職員の皆さん、これから地域の医療・介護の担い手として期待しております。

一緒に頑張りましょう。

お知らせ Notification

令和7年度とうや医療福祉グループ入社式が執り行われました



こんなお悩みはありませんか？



- Q) 介護認定を受けたけど
通う手段が無くて困っています**
- A) 送迎対応も出来ますので
ご相談ください

03

Q) 専門職のリハビリの人に アドバイスして欲しい

- A) 理学療法士や作業療法士が
多数います。ご相談ください



- Q) 要介護になり今後のこと心配**
- A) ケアマネージャーにも連携を
取りながら地域で支えていきま
すので是非ご相談ください



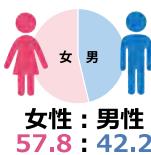
このようなお悩みがある時は是非、平成とうや病院 通所リハビリテーションセンターへご相談ください

専門職である理学療法士や作業療法士が筋力トレーニングやバランス練習、生活行為練習など生活面におけるアドバイスも含めたサービス提供を行っております。

※食事や入浴等の生活援助サービスは提供しておりません。



◆利用者の男女比率



◆利用者の介護度割合



◆利用者の平均年齢

男性平均年齢 77.7歳
女性平均年齢 79.9歳



Q) 運動だけやりたい

- A) 1~2時間のご利用時間に合わせた運動プログラムを立案提供させて頂いていますのでご相談ください



04

Q) 他の通所リハと何が違うの？

- A) 当院の通所・訪問リハには理学療法士・作業療法士が8名もいます！



お電話でのお申込み・ご相談

096-283-8323

平成とうや病院 通所リハビリテーションセンター

〒862-0963 熊本市南区出仲間 8丁目 2-15

営業日：月～金（祝祭日営業）土日と年末年始は休み
利用時間：午前 9:00～11:00 / 9:30～11:30

午後 13:30～15:30 / 14:00～16:00

定員：午前 / 午後 各 20 名

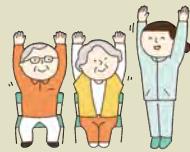
対象者：介護保険認定を受けている方



ご自宅での生活をより豊かにするためのリハビリテーションを行いませんか？

地域活動 のサロフ開催報告

清和会の基本方針に基づき、地域の皆さまが住み慣れたこの地域で安心して過ごせるよう、様々な活動のお手伝いをさせていただいております。



LET'S GO!

1月 画図健康サロン

このサロンでは、今回「片脚立ちでみる自分の転倒リスク」をテーマにお話をさせて頂きました。片脚立ちが出来る時間で転びやすいかどうかを簡単に評価し、それぞれの注意点や効果的な筋力トレーニングをご指導させていただきました。サロン中の質問や相談が数多くあり、自身の転倒リスクについて非常に興味関心を持っていただいたように感じます。



LET'S GO!

2月 田井島100nenカフェ

寒波でとても寒い日でしたが、毎月欠かさず参加していただいている方々だけでなく、久しぶりに参加していただく方もお越しになり大賑わいでした。体力測定では寒さのためか、皆様の握力が若干低下しておりました。講話は認知症についてのテーマでした。リズムに合わせて左右で違う動作をする頭の体操では、スタッフも間違う中、皆さんも迷いながら笑いの溢れる会となりました。

LET'S GO!

3月 甲斐口元気クラブ

3月7日、甲斐口公民館にて2ヵ月に1度お伺いしている甲斐口元気クラブの体力測定を行ってきました。当日は、地域の小学校で給食交流会など行事が重なったこともあり普段より参加者は少ない状況でしたが、みなさん和気あいあいとした中にも真剣な眼差しで日頃の運動の成果を発揮されていました。



地域交流推進室閉鎖のお知らせ

2025年3月31日をもちまして、地域交流室を閉鎖する運びとなりましたので、お知らせいたします。

地域交流推進室の南区・西区を中心とした地域活動業務については、平成とうや病院の地域活動担当者が引き継ぐことになりました。ご理解いただき、今後もご愛顧くださいますようお願い申し上げます。

お電話でのお申込み・ご相談

096-379-0108
医療法人 清和会
平成とうや病院
地域活動担当者宛



皆さまの声をお聞かせください

病院内に7か所設置しているご意見箱「メッセージカード」や、「退院時アンケート」よりいただいた「ご意見」一つ一つに目を通し、『患者サービス向上委員会』で話し合い、改善に取り組んでおります。その取り組みの一部をご紹介します。また、お気づきの点などがございましたらいつでも声をお聞かせください。



【個室利用者さまより】

テレビ、冷蔵庫が無料だったとは知りませんでした。入院5日後に知りました。カードを買うように記載されていますので、パンフレットの改版を希望します。

回答

この度は説明不足により、御不快な思いをさせてしまい大変申し訳ありませんでした。すぐにパンフレット（入院ガイドブック）の見直しを行い改版しました。また、入院説明時にも詳しく説明を行うよう職員へ周知し、お部屋の床頭台に説明文を追記させていただきます。貴重なご意見をありがとうございました。



インフルエンザの予防接種に伺いました。

看護師さんの笑顔や語らいがアットホームで温かい病院ですね！又何かある時は、お願ひしたいと思えるようなスタッフさんばかりでした。皆さま、お体に気を付けて頑張ってください。

回答

この度はお褒めの言葉をいただきありがとうございます。平成とうや病院の外来に受診して良かったと思ってもらえるよう、今後も笑顔の接遇に努めていきたいと思います。



