

いつも健康であるための地域医療情報誌

観光町

メディカル通信

Vol.45
2025.9

発行 / 医療法人社団如水会オリーブ高松メディカルクリニック 高松市観光町649-8 TEL087-839-9620(代) FAX087-861-7079
ホームページ <https://www.olive.clinic/>



当施設連絡先

〈内科 受付〉
087-839-9620
〈ドック・健診〉
087-839-9630

..... オリーブ高松メディカルクリニック11年目がスタートしています。

異例の猛暑がつづきましたが、ようやく聞こえてきた秋の虫たちの合唱を聞いていると、少しずつではありますが残暑が和らいできたように感じます。東京では34年ぶりの世界陸上が開催され将来が楽しみな日本の若い力が大いに躍動しました。

二刀流復帰を果たした大谷翔平選手も私たちの想像をはるかに超えた活躍をし「50（本塁打）・50（奪三振）」の史上初の快挙を成し遂げました。

さて、当施設では、人間ドックや企業健診等以外にも特定健診、各種がん検診を実施しており、たくさんの方にご受診いただいております。特定健診は高血圧、糖尿病、脂質異常など自覚症状が出にくい生活習慣病を早い段階で発見、脳卒中、心筋梗塞などへ重症化する前に対応できます。また、特定健診においてリスクが高いと判断された方には、栄養、運動、生活習慣についてのアドバイス、サポートを受けることができます。がん検診はがんを早期に発見し治療に結びつけることができます。また、多くは自治体からの補助を利用して受診することができるのも大きなメリットです。

特定健診とがん検診を毎年継続して受診し常にご自身の健康状態を知ることが健康寿命を延ばす秘訣となります。過ごしやすくなるこの季節に是非足を運んでみてはいかがでしょうか。

オリーブ高松メディカルクリニックは地域の皆様に支えられ10周年という節目の年を迎え、11年目ですすでにスタートしています。これまで以上に「安心と信頼」を提供できる施設を目指して参ります。引き続きオリーブ高松メディカルクリニックをよろしくお願いたします。

人間ドック(健康診断)受診後の精密検査(D判定) 受診状況(2023年度)をお知らせします

予防医療センターでは、人間ドックや健康診断で要精密検査・治療(D)判定、要経過観察(C)判定に該当した項目については、次回のドック(健康診断)まで(1年以内)に受診(精密検査や追跡検査)をお勧めしています。要精密検査・治療(D)判定は10項目、要経過観察(C)判定は3項目(血圧、糖代謝、脂質)について追跡を行っています。今回は要精密検査・治療(D)判定の追跡結果をお知らせします。(表1)

受診後の追跡は、人間ドック(健康診断)受診後から次の人間ドック(健康診断)までの約1年をかけて追跡していきますので、2023(令和5)年度に人間ドックを受診された方の追跡が、2025(令和7)年3月に終了したところです。

追跡把握の方法は、当施設内科外来を含めた受診先医療機関から届く精密検査結果、受診状況が把握できていない方には、定期的に手紙や電話連絡で状況把握をしています。

それでも確認できていない場合の最終確認は、1年後に人間ドック(健康診断)に受診された時ですが、きちんと受診されていても精密検査の紹介状を受診先医療機関に持参されていない方もおられるようです。紹介状は当センターと受診先医療機関の(所見や判定についての)情報提供の手段であり、受診(検査)結果や今後の方針などの詳細把握のための役割もあります。医療機関受診時には必ず紹介状の持参をお願いします。結果表と同封の用紙には精密検査受診についての説明を記載しておりますので、確認いただければと思います。

(一部の組織や団体には当センターからの紹介状の同封がない場合がありますが、組織や団体独自の結果表によって受診勧奨はされているはずです)

(表1) 要精密検査・治療(D)判定 医療機関受診状況把握 3,823名(2023年度 人間ドック受診者追跡対象者数)

	2023年度	検査実施数(人)	要精検数(人)	要精検率(%)	精検受診数(人)	精検受診率(%)
要精密検査	上部消化管X線	1,457	27	1.9	18	66.7
	上部消化管内視鏡	2,078	45	2.2	44	97.8
	便潜血	3,657	170	4.6	100	58.8
	胸部X線	3,788	19	0.5	16	84.2
	マンモグラフィ	1,389	58	4.2	50	86.2
	乳房超音波	368	7	1.9	7	100
	子宮頸部細胞診	1,453	6	0.4	4	66.7
	腹部超音波	3,821	23	0.6	19	82.6
	心電図	3,822	19	0.5	17	89.5
	眼底	3,798	175	4.6	124	70.9

人間ドック(健康診断)受診当日に追跡連絡についてご理解いただいていること、追跡体制も定着してきたことから、徐々に受診者の方と連絡が取りやすくなってきました。追跡連絡が医療機関受診のきっかけにもなっている方もいるようです。また、毎回、精密検査・治療(D判定)と言われても、受診先では特に問題なしとなる場合もちろんありますが、経過観察を兼ねて人間ドック(健康診断)以外で追跡検査を受けるのも大切なことですので、ご理解いただければと思います。

人間ドック(健康診断)を受けられてからの疾病予防や疾病の早期発見、重症化予防により健康を維持できるように、受診当日の結果説明や保健指導、精密・追跡検査結果の把握に引き続き取り組み、「人間ドック(健康診断)の受けっぱなし」では終わらないように努めていきたいと思っています。

健診事務担当(健康推進課)からのお知らせ

『健診案内(封筒)』を受け取ってから 『健診前日』まで

健康診断・人間ドックのご予約日確定後、健診日の2週間前を目安にご案内書類、問診票、検査容器等を当センターよりお送りします。緑色の封筒(A4サイズ:角2封筒)が届きましたらすぐに開封し、内容をご確認ください。



●健診案内の内容確認

- ◆受診日・受付時間が合っているか→案内資料1枚目に記載されています。
- ◆氏名、フリガナ、生年月日、年齢※、性別が合っているか→同封の「特定健診問診票」に記載されています。※年齢は年度末年齢(次の3月31日時点の年齢)です
- ◆各種問診票が入っているか→希望した検査内容の問診が同封されています。
 [必ず入っている問診票:「特定健診問診票」「健康診断問診票(2枚)」
 希望した検査内容の問診票:「胃カメラ検査」「胃X線(バリウム)検査」「大腸内視鏡検査」「乳がん検査」「子宮がん検査」]
- ◆採尿容器・採便容器が同封されているか→健診コースによっては便検査がないこともあります。

●健診前日の注意事項

- ◆受診前日の夕食は、消化の良いものにして、21時までに済ませてください。
- ◆受診当日は、絶食・禁煙でお越しください。(水・お茶は飲んでも構いません)
- ◆治療中の内服薬は、受診当日7時までに服用してください。
(ただし、糖尿病の薬は服用しないでください)

妊娠中または妊娠の可能性のある方

放射線を使用する検査(胸部X線、CT、胃バリウム検査、マンモグラフィ、骨密度など)や子宮頸がん・胃・大腸内視鏡検査は実施できません。

授乳中の方

バリウム検査は検査後、バリウムを排出するために下剤を服用する必要があります。一部の下剤は母乳に移行する可能性があります。
マンモグラフィは、授乳中の乳腺が発達しているため、超音波エコー検査をお勧めします。
胃カメラ検査(経口)は可能ですが、検査後は最低6時間の断乳が必要です。
授乳中の方は、経鼻内視鏡による内視鏡検査はおこなっておりません。

何かご不明点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。
ドック予約直通→TEL:087-839-9630



甲状腺疾患の基礎知識



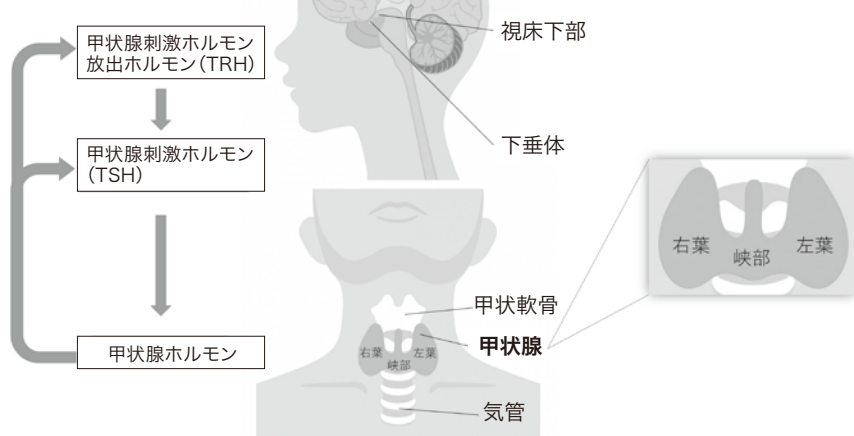
その1

甲状腺疾患の頻度は高く、国内の罹患数は500～700万人とされています。男性に比べて女性に多くみられ、男女比は甲状腺機能異常で1:10、甲状腺がんで1:3～4と報告されています。広くみられる疾患であるため、御自身や御家族が甲状腺疾患の方も多いでしょう。そこで、これからしばらく甲状腺疾患についてお話しさせていただきたいと思います。

甲状腺とは？

甲状腺は首の真ん中、のど仏を形作っている甲状軟骨の下にあり、大きさ4～5cm、重さ10～20g程度の臓器です。蝶が羽を広げた形をしており、右葉、左葉、中央部の峡部から成ります。ヨードを原料に甲状腺ホルモンを作り、血液中に分泌しています。甲状腺ホルモンは新陳代謝を促進し、脈拍や体温などの自律神経の働きを調節することに加え、成長や発達を促進する働きもあります。体内では、血液中の甲状腺ホルモンが常に一定の値を維持できる

(図1)



ように、脳の視床下部一下垂体が調節を行っています。視床下部から分泌された甲状腺刺激ホルモン放出ホルモン(TRH)は下垂体を刺激し、甲状腺刺激ホルモン(TSH)が合成されます。下垂体から分泌されたTSHは、甲状腺を刺激し甲状腺ホルモンが分泌されます(図1)。甲状腺ホルモンが不足していればTSHを増やして甲状腺を刺激し、甲状腺ホルモンの分泌を促します。反対に甲状腺ホルモンが多すぎればTSHを減らして、甲状腺ホルモンの分泌を抑制することで体内の甲状腺ホルモンのバランスを維持しています。

甲状腺の疾患

甲状腺の疾患は、その機能から、甲状腺ホルモンが過剰となる甲状腺機能亢進症と、甲状腺ホルモンが不足する甲状腺機能低下症に分けられます。またその形態から、甲状腺が全体的に大きくなる(びまん性甲状腺腫)と、しこりができる(結節性甲状腺腫)に分類することができます。甲状腺機能亢進症の代表的疾患がバセドウ病、甲状腺機能低下症の代表的疾患が橋本病で、これらの疾患ではびまん性甲状腺腫を認めることが多く、結節性甲状腺腫には、悪性のがんや良性の結節、嚢胞があります。

(表1)

甲状腺機能亢進症 (甲状腺ホルモンが過剰)	甲状腺機能低下症 (甲状腺ホルモンが不足)
暑がり 汗をよくかく 動悸・頻脈 手が震える 体重減少 下痢・軟便 イライラする 眼球突出	寒がり 肌の乾燥 徐脈 手足がむくむ 体重増加 便秘 記憶力低下

共通する症状

だるい 疲れやすい 髪の毛が抜ける 甲状腺が腫れる

甲状腺疾患の症状・発見の契機

甲状腺ホルモンは体内で多くの働きを担っているため、甲状腺機能に異常がみられると様々な症状が出現するようになります(表1)、これらの症状を訴えて外来を受診されて診断される場合があります。また自覚症状のない方も非常に多く、健診をきっかけに見つかる場合もあります。基本的な健診には、甲状腺を直接調べる検査は含まれていませんが、甲状腺の腫張、脂質や肝機能などの血液検査、血圧、脈拍、心電図の異常から甲状腺疾患が疑われて発見されることがあります。また、オプション検査として受けた頸動脈エコー検査、胸部CT検査などで甲状腺の異常が見つかることもあります。



続! まつとリマーの 乳がん検診揭示板



Vol.20



乳がん検診 おすすめ検査

20歳代
会社の
健康診断での
乳がん検診

超音波検査をお勧めします。

30歳代
授乳歴なし

超音波検査をお勧めします。
授乳歴のある方は2～3年に一
度はマンモグラフィもうけてく
ださい。

30歳以上
妊娠中・
授乳中

超音波検査をお勧めします。
自覚症状がない場合は
産後1年過ぎて、マンモグラフィ
と超音波の併用検診をお勧めし
ます。

40歳代～
50歳代

原則マンモグラフィを受けてください。
高濃度乳房(デンスブレスト)と言われた
ことのある方は、マンモグラフィに
超音波検査を追加するとより詳しく
検査ができます。

60歳以上

マンモグラフィを
を受けてください。
ご希望であれば超音波
検査も追加できます。

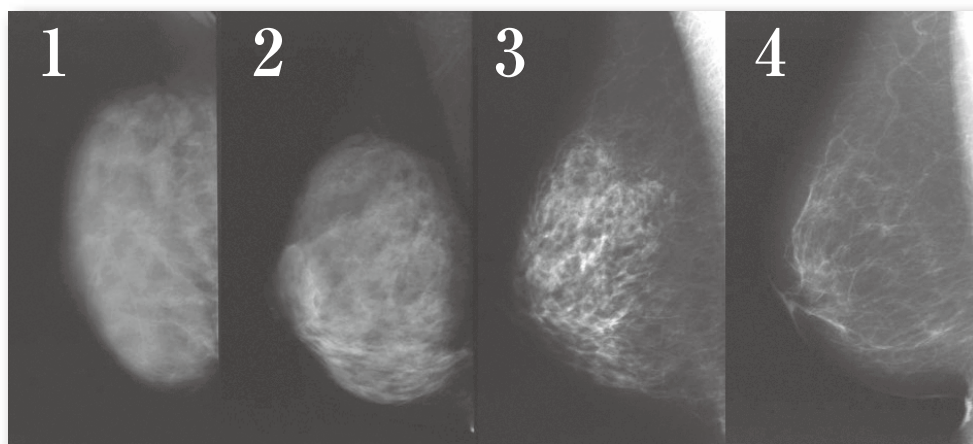
高濃度乳房(デンスブレスト) について

- ・乳腺組織の割合が多い乳房のことです
- ・下図1と2が高濃度乳房のマンモグラフィです

乳房は主に乳腺と脂肪からできていてこの割合は個人によって異なります。

マンモグラフィでは乳腺は白く、脂肪は黒く写ります。乳腺が多いとマンモグラフィは白っぽくなります。癌も白くうつるので、白っぽいマンモグラフィ(高濃度乳房)で癌は見つけにくいです。

一般的に乳腺は年齢と共に減少します。50歳代までは高濃度乳房の割合が高いといわれています。



ご自身の乳房の状態を知ること、変化に気づくこと、乳がん検診を受けることが乳がんの早期発見につながります。妊娠や授乳期の検診、マンモグラフィの痛み、乳腺密度など、乳がん検診について気になることがある方は施設や技師にお問い合わせください。

治験センターからのお知らせ

現在肥満症治験の参加者を募集しております。こちらの記載以外にも条件がございますので、ご興味のある方は施設スタッフまでお声がけください。

体格指数(BMI=[体重(kg)]÷[身長(m)²])が18.5未満なら低体重(やせ過ぎ)、18.5以上25未満であれば普通体重、25以上の場合が肥満、さらにBMIが35以上になると高度肥満に区分されます。

日本肥満学会による肥満度分類

BMI	判定
18.5未満	低体重
18.5～25未満	普通体重
25～30未満	肥満（1度）
30～35未満	肥満（1度）
35～40未満	高度肥満 — 肥満（3度） 肥満（4度）
40以上	

対象外

1つでも
併存疾患ありで対象者

全く併存疾患なしでも
無条件で対象者

今回の治験は錠剤(飲み薬)です。

1日1錠服用いただきます。



※併存疾患とは

- ・糖尿病
- ・高血圧
- ・脂質異常症
- ・睡眠時無呼吸症候群
- ・心血管疾患

●参加基準 ～18歳以上の方～

○糖尿病ではない方

- ・BMIが30以上の方、
または
BMIが25以上の方で高血圧・脂質異常症・睡眠時無呼吸症候群・
心血管疾患のうち1つ以上有する方

○糖尿病の方

- ・BMIが25以上で糖尿病の診断がされており
食事療法及び運動療法のみで治療されている方
- ・BMIが25以上で
メトホルミン、SGLT-2阻害薬、スルホニル尿素の血糖降下薬(糖尿病治療薬)を
1～3剤*服用されている方
※メトホルミン:メトグルコ、メデットなど
SGLT-2阻害薬:ジャディアンス、スーグラ、カナグルなど
スルホニル尿素薬:グリメピリド、グリミクロンなど

●治験期間

約1年半。錠剤を1日1回服用頂きます

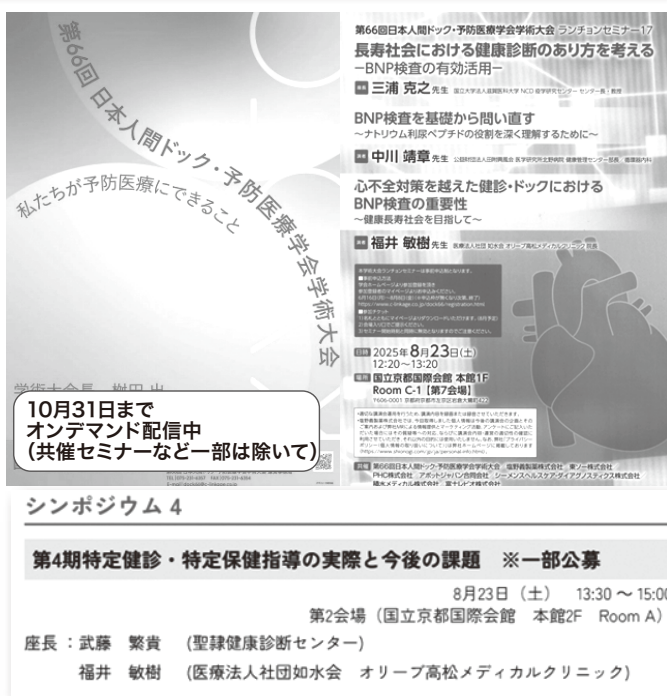


ご興味のある方はこちらまでお問合せください
オリーブ高松メディカルクリニック
070-4380-2623(受付:平日9時～17時)

第66回日本人間ドック・予防医療学会学術大会が、梶田 出先生が大会長を務められ、「私たちが予防医療にできること」を大会テーマに、8月22日、23日に国立京都国際会館で開催されました。

当施設長の福井は、大会運営委員として本学術大会運営の一端を担いました。シンポジウム4では、昨年度から始まった第4期特定保健診・特定保健指導の実際の実施経験を踏まえた問題点や課題などを発表・議論する場を設け(一部公募演題)、健診情報指導士育成事業委員会委員長の武藤先生と副委員長の福井が座長を務めました。

また福井は、塩野義製薬等が共催するランチョンセミナーで「心不全対策を越えた健診・ドックにおけるBNP検査の重要性～健康長寿社会を目指して～」の講演を行いました。今回のランチョンセミナーで、ドック学会でのランチョンセミナーは通算10回目(講演5回、座長5回)となりましたが、心疾患をメインに講演するのは初めてでしたので、いささか緊張したと話していました。その他、プレナリー(ポスター)セッションの審査委員や一般演題の座長も務め、なかなか忙しい会期を過ごしたと話していました。我々の施設での取り組みについては、放射線技師の柳原が、一般演題で、「同時併用方式乳がんの有用性と検査支援機能eScreeningの使用経験」の演題名で、我々の施設における乳がん検診の成果と、最近導入したAI支援機能が付加された乳腺エコー検査実際について発表し、我々の施設代表としての責任を果たしてくれました。



第66回日本人間ドック・予防医療学会学術大会 ランチョンセミナー17
長寿社会における健康診断のあり方を考える
 ～BNP検査の有効活用～
三浦 克之 先生 国立がん研究センターがん予防・検診部 がん検診センター長(兼) 部長
 BNP検査を基礎から問い直す
 ～ナトリウム利尿ペプチドの役割を深く理解するために～
中川 靖章 先生 山形県立中央病院 長寿予防科 長寿予防科医長(兼) 部長
 心不全対策を越えた健診・ドックにおける
 BNP検査の重要性
 ～健康長寿社会を目指して～
福井 敏樹 先生 医療法人社団如会 高松メディカルクリニック 院長
 2025年8月23日(土)
 12:20～13:20
 国立京都国際会館 本館1F
 Room C-1 [第7会場]
 〒605-0801 京都府京都市南区上田町八幡1番地22号
 10月31日まで
 オンデマンド配信中
 (共催セミナーなど一部は除いて)
シンポジウム 4
第4期特定保健診・特定保健指導の実際と今後の課題 ※一部公募
 8月23日(土) 13:30～15:00
 第2会場(国立京都国際会館 本館2F Room A)
 座長: 武藤 繁貴 (聖隷健康診断センター)
 福井 敏樹 (医療法人社団如会 高松メディカルクリニック)



第66回日本人間ドック・予防医療学会学術大会に参加しました



真夏の厳しい暑さの中、京都の国立京都国際会館で開催されました。久しぶりの都会で迷いながら会場に向かいました。会場では全国から多くの参加者が集まり、活気に満ちた雰囲気の中で発表やシンポジウムが行われました。

発表内容の作成時は、医療技術室のスタッフに協力してもらい、室長の松本さんにアドバイスを受け、院長やスタッフに練習を付き合ってもらいました。発表は大変でしたが、これまでの結果を集計し統計を分析することで、良かった点や新たな課題を知ることができました。発表は緊張しましたが、松本室長の応援もあり落ち着いて終えることができ、貴重な体験になりました。そのあとは、院長のランチョンセミナーを聞きながら、京料理のお弁当を美味しくいただきました。

日々のご協力と温かい支えがあったからこそ、安心して発表に臨むことができました。

医療技術室 柳原洋美

学会発表の要約

同時併用検診はMG単独、US単独より要精検率は低く、がん発見率と早期がん率が有意に高値でした。特に発見率は2.1倍で、J-STARTで報告されている1.5倍(40歳代でMG単独に対する分離併用検診のがん発見率)を上回りました。eScreening使用症例では経験の浅い技師でも病変に気づくことができ、検査できました。



「健康宣言事業所の証」を授与されました！

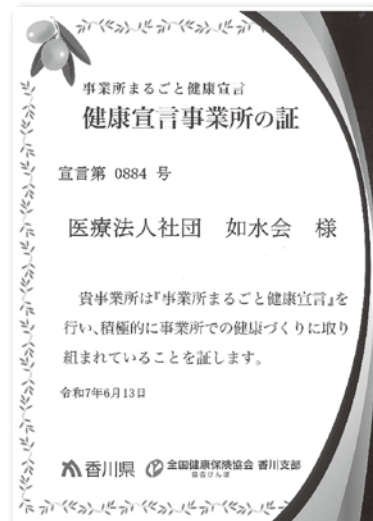
医療法人社団 如水会では、香川県と全国健康保険協会 香川支部が推進する「まると健康宣言」に賛同し、職員みんなの健康づくりに、より力を入れて取り組んでいくことになりました。またこの取り組みが評価され、令和7年6月13日に「健康宣言事業所の証」を授与されました。

当法人では、職員の健康を大切な財産と考え、働きやすく元気に過ごせる環境を整えていくことで、仕事の効率や職場の雰囲気の良いにもつながると考えています。

健康宣言の主な取り組み

- ・健診の受診率100%を目指します。
- ・特定保健指導の実施率100%を目指します(対象者がいた場合)。(対象者がいた場合)
- ・ストレスチェックを行い、職場の人間関係、環境改善につなげます。
- ・建物内や敷地内は禁煙を実施する。
- ・インフルエンザなどの予防接種を推奨し、費用の補助を行います。
- ・定期健康診断では、オプション検査を2項目まで無料で選べるようにし、職員の健康管理に積極的に取り組みます。

これからも、職員が安心していきいきと働ける環境を作っていけるよう、みんなで協力しながら健康づくりに取り組んでまいります。



当施設は 「かがわマンモグラフィサンデー」 協力医療機関です



仕事、子育て、介護など多忙な平日を過ごす女性ががん検診を受診しやすいよう、10月の休日に香川県下の医療機関が協力して乳がん検診や子宮がん検診を行います。

【選ぶ】 受診したい医療機関を選ぶ

受診可能な医療機関については、香川県ホームページをごらんください。

【予約する】 医療機関に電話して予約する

検診実施日の1週間前までに予約してください。

【受診する】 受診券やクーポンでお得に受診する

市町から送られた受診券およびクーポンを忘れずに持参してください。



10月は乳がん月間だよ
休日を利用して
乳がん検診をうけようね

当施設で行う検診： 乳がん検診

日時 令和7年10月13日(月・祝)9:00~12:00(完全予約制)
対象 高松市、三木町、さぬき市から送られた受診券をお持ちの方
予約 電話予約 オリーブ高松メディカルクリニック (087-839-9620)

編集 後記

朝夕の風に、少しだけ秋を感じるようになりました。気温の変化が大きくなるこの季節は、体調を崩しやすい、健康管理の難しさを感じます。秋といえば「食欲の秋」。秋の収穫を祝う文化にちなみ、その時期に採れた食材を大切に、旬の味を楽しむ習慣があります。暑さで疲れた夏の体を栄養たっぷりの旬の食べ物でリフレッシュしましょう。＊●●＊●●＊●●＊●●＊

