

いつも健康であるための地域医療情報誌

観光町

# メデイカル通信

Vol.47  
2026.5

発行 / 医療法人社団如水会オリーブ高松メデイカルクリニック 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**

## 質の高い人間ドック・健診施設をめざして

5月の清々しい風が若葉を揺らし、初夏の訪れを感じる季節となりました。

世の中では物価高騰の話題が続き、日々の暮らしの中で不安や重圧・閉塞感を感じている方も多いのではないのでしょうか。そんな中、冬季オリンピックでのフィギュアスケート「りくりゅう」ペアをはじめ若い力が大きな活躍を見せました。さらに2026年シーズンも「二刀流」として世界から注目を集めている大谷翔平選手、そして今年からメジャーリーグに挑戦している村上宗隆選手は開幕からホームランを量産し「村神様」の愛称そのままに存在感を發揮し、私たちに希望と感動を与えてくれています。

さて、当施設では、2月に4回目の更新（5回目の審査）となる日本人間ドック・予防医療学会による「健診施設機能評価」の更新審査を受けました。我々の施設のスタッフはいつも質の高い人間ドック・健診を提供できるよう、日々改善活動に取り組んでいます。また、より効果的な取り組みとするために、審査を受けることで医療サービスのさらなる充実とスタッフの意識向上につなげております。

今年4月より「協会けんぽ（全国健康保険協会）」の生活習慣病予防健診で、人間ドックが受診できるようになりました。これまでは一般的な健康診断が中心でしたが、人間ドックが新たな選択肢として加わることで、より詳しく、幅広い視点から健康状態を確認できるようになります。医療保険者が協会けんぽに属されている方々は、ぜひこの機会にご自身の健康をワンランク上の視点で見つめ直してみたいかがでしょうか。詳しくは当施設の健診・人間ドック担当または外来担当スタッフまでお気軽にお声掛けください。

今後も地域の皆さまに愛され、安心してご利用いただける施設を目指しスタッフ一同努めてまいります。引き続きどうぞよろしくお願いたします。

# 日本人間ドック・予防医療学会の 健診施設機能評価 (Ver.5.0) を受審しました。



認定 第 35 号  
健診施設機能評価認定施設

当施設の予防医療センターは令和8(2026)年2月20日に、日本人間ドック・予防医療学会の健診施設機能評価を受審しました。

当センターは、前身のNTT西日本高松診療所 予防医療センタの頃の平成17(2005)年に初めて人間ドック学会の健診施設機能評価認定を受け、四国で最初の認定施設となりました(認定番号35)。以降5年ごと(今回のみ6年に期間延長)に更新の審査を受け、今回が4回目の更新となりました。NTT西日本高松診療所から継承し、法人化した医療法人如水会オリーブ高松メディカルクリニックとしては2回目の更新です。

前回の受審時は新型コロナウイルス感染症の感染者数が各地で出始めた時期で、流行前にサーベイヤーの方をお迎えし、何とか審査を受けることができました。当日まで職員の健康状態を確認し、マスク着用必須で、これまでと異なった雰囲気だったことが思い出されます。

今回のVer.5.0は、3つの領域から構成される評価項目を用いて、健診施設の組織、運営管理および提供される健診サービスについて評価されます。大項目としては、1領域:理念達成に向けた組織運営、2領域:良質な健診の実施と事後管理、3領域:質向上の取り組みと情報共有です。さらに中項目や小項目と細分化され、計114の小項目について審査を受けました。施設職員の教育や健康管理、各検査を円滑に進める工夫や受診者対応、検査結果説明や保健指導、画像検査(胸部レントゲン、腹部エコー検査など)の読影体制、検体(血液検査、尿検査など)検査の精度管理や結果説明時まで結果を出す体制、精密検査の受診状況追跡、健診データの分析・活用状況、特定保健指導、学会発表などの施設の取り組みを説明していくのですが、項目ごとに事務と医療スタッフが分かれて書類を準備しました。時には合同で話し合うこともありました。また、ラウンドでは実際の施設の中を審査していただくのですが、当センターの取り組みが短時間で知っていただけるよう順路や説明のポイントなども考えました。

今回の受審は、初めて関わるスタッフが多く、そのため時間をかけて資料を準備し、本番を想定しての説明やラウンドの練習も何回か行いました。また、「調査開始前資料確認」という項目が新たにあり、サーベイヤーの方がスタッフの説明がなくても資料だけで確認が行えるような事前準備の工夫も考えました。

## 〈リハーサル風景(医療)〉



### 医療:Aさん

日々実践していることをマニュアルや記録で目にみえる形で準備していく作業が大変でした。初めての経験で分からないことばかりでしたが、これまでの様子を聞き、資料を整理していく中で、日頃から見直しやスタッフ間での情報共有をしておくことが大切だと思いました。

### 医療:Bさん

通常業務を行いながらの準備が何より大変でした。必要な資料ファイルの準備から、当日の資料の出し方を幾度となく練習しました。大変でしたが、チームの絆がより一層深まりました。

今回の受審は6年間の取り組みを振り返る良い機会にもなりました。いろいろなことがあり、その度に体制づくりを考えてきました。一番大きいのは新型コロナウイルス感染症をきっかけに感染対策を見直したことです。

当日の体調確認やインフルエンザの流行期には受診者にマスク着用をお願いし、職員の体調管理も気にするようになりました。他にも、外国人受診者とのコミュニケーションツールとしてカード形式で説明していたのが、国籍も多様化したため、タブレットの翻訳アプリを取り入れるようになりました。また、健診結果も個人情報でするので、誤入力の防止策を具体的にし、結果発送までに何重ものチェック体制もつくりました。このメディカル通信を介して、当施設のスタッフがドック（健康診断）の検査結果や統計をまとめて学会で発表をした活動状況、健診後の精密検査受診の追跡状況も取り組みの一つとして報告しました。受診者の方にアンケートを行い、ドック（健康診断）を受けての満足度や名前呼称についての意見も紹介しました。

#### 〈リハーサル風景(事務)〉



##### 事務:Cさん

今回の受審を通じて、事業部門の業務を客観的に見直す貴重な機会となりました。

マニュアルの整備や情報管理の徹底が単なるルール遵守ではなく「受診者の安心」に直結していることを再確認できました。

##### 医療:Dさん

機能評価の準備を行うことで、改めて日々の業務内容を振り返ることができました。受診者の方にとって、安全で快適な健診になるよう改善するきっかけにもなりました。また、機能評価にむけてスタッフ間で話し合いを行うことで、チームワークが高まったように思います。今回の経験を業務に活かしていきたいです。

#### 〈リハーサル風景(医療)〉



##### 医療:Eさん

提出資料がたくさんあったので、日々の見直しやスタッフ間での意見交換等が大切だと思いました。また、今回改めてマニュアルを読み込み、自身の看護師としての手技や役割について見直すきっかけとなりました。これからも安心・安全に受診者が健診を受けられるように援助していきたいと思っています。

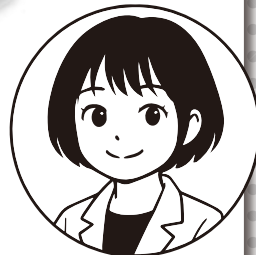
##### 事務:Fさん

6年前の機能評価ではラウンドで少し説明をさせていただいたのみだったので、今回は、準備の段階から関わり、サーベイヤーの方へ直接ご説明したり、資料で提示をしたりというところまで関わられたことで、より当施設の事を深く知ることができました。それによって当施設のアピールポイント、今後どのような事業展開ができるのかも認識することができました。今後これを生かして繋げていけるように努力しようと思います。

初めて参加するスタッフが多く、かなり緊張感を持って臨みましたが、サーベイヤーの方が穏やかな口調で進めていただき、徐々に雰囲気や和んできたように感じました。質問に上手く答えられない時には他のスタッフが助け、みんなで協力して頑張った、そんな一日となりました。

健診施設機能評価を受審したことを一つの節目とし、令和8(2026)年度の新しいスタートが切れたように思います。みなさまが今後も我々の施設でドック（健康診断）を受けたいと思っていただけるような予防医療センターづくりにこれからも励んでいきたいと思っています。

健診は皆様の健康を維持するきっかけとなるように、多数の検査項目が入っています。しかし、その意義や検査結果の解釈が今一つ分かりにくい検査もあります。今回は貧血検査について、皆様から多く寄せられるご質問についてご説明します。



### Q.1 貧血とはどんな病気ですか？

**A.1** 「貧血」とは、血液中の赤血球の数や、その中で酸素を運搬する役割を担うヘモグロビンというタンパク質の量が不足することにより、血液が組織に十分な酸素量を届けられなくなった状態をいいます。貧血の原因はさまざまで、鉄やビタミンが足りていない赤血球の材料不足、血液を作る骨髄の不具合に起因する造血障害、赤血球を破壊してしまう溶血、悪性腫瘍や臓器の破損による出血、ホルモンの不具合や腎機能低などによって、貧血が起こります。

(表1) ヘモグロビン値による貧血診断基準

	男性	女性
WHO診断基準(g/dl)	13.0	12.0
特定健診保健指導判定値(g/dl)	13.0	12.0
特定健診受診勧奨判定値(g/dl)	12.0	11.0

(表1)に貧血の診断基準を示します。WHOの国際基準ではヘモグロビン値で男性13g/dl以下、女性12g/dl以下を貧血と規定しており、広く用いられています。しかし、実際に医療機関での治療を要する貧血のヘモグロビン値はもう少し低い場合が多くみられます。そのため、特定健診では保健指導判定値はWHO国際基準と同じで、受診勧奨判定値は更に低く、男性12g/dl以下、女性11g/dl以下と設定されています。

### Q.2 貧血といわれましたが症状がありません。このまま放置しても良いですか？

**A.2** 貧血は疲れやすい、息切れ、動悸、めまいや立ちくらみ、慢性的な頭痛や肩こり、強い眠気、食欲不振や悪心、性機能低下など、様々な症状を呈することがあります。しかし、貧血がゆっくり進行した場合は、全身が貧血の状態に慣れてしまって症状に気づかないことも多いです。また、貧血にはそのきっかけとなる疾患が隠れている可能性があります。当施設では2024年度の間ドック受診者のうち257人に貧血の精密検査の必要性が指摘されました。人間ドック当日の更なる追加検査や後日精密検査の結果を书面で確認出来たのは127人で、このうち19人に新たに(表2)に挙げた疾患が診断されました。その中には、がんなどの悪性疾患も含まれていましたが、いずれの疾患も治療可能であり、それに伴い貧血も改善しておられます。しかしながら、全国的には、貧血に対する精密検査受診率がやや低いと確認されています。当施設においても新たに(表2)の疾患が発見されている現状を考えると、貧血を指摘された際には症状の有無にかかわらず、精密検査を受けられることを強くお勧めします。

(表2) 2024年度当施設人間ドックでの貧血診断を契機に精密検査で新たに診断された疾患

疾患名	人数
婦人科疾患	
子宮筋腫	5
子宮がん	1
子宮腺筋症	1
機能性過多月経	1
その他の婦人科疾患	1
消化管疾患	
逆流性食道炎	3
萎縮性胃炎	1
胃過形成性ポリープ	1
十二指腸潰瘍	1
小腸悪性腫瘍	1
大腸腺腫	1
痔	1
その他の疾患	
膠原病	1

### Q.3 貧血で鉄欠乏を指摘されました。治療は何をしたらよいですか？

**A.3** まず考えるべきは原因の除去・改善です。鉄分が体から排出されてしまっている(過多月経や胃腸の疾患など、どこかから出血している)場合には原因疾患の治療が必要です。その次は鉄分摂取の増量ですが、大量に鉄が不足している場合には、食事での鉄分摂取に加え、内服薬や点滴による鉄分の補充が必要となります。食事による鉄分摂取としては、肉類、レバー、青魚には吸収しやすい鉄分が多く含まれますので摂取促進をお考え下さい。また、ビタミンCは鉄分の吸収を良くしてくれますから、野菜や果物の摂取も重要です。逆に緑茶、コーヒー、紅茶に含まれる苦み成分タンニンは鉄分の吸収を少し阻害するようです。

# 治験センターからのお知らせ

## 脂質異常症治療薬について

脂質異常症とはLDLコレステロールが上昇、HDLコレステロールが低下、トリグリセライド（中性脂肪）が上昇のいずれが存在する状態のことを言います。

コレステロールや中性脂肪と言えば悪いものという印象もありますが、どちらも必要不可欠な物質です。

コレステロールは細胞膜やホルモン、胆汁酸を作る材料として体に必要な物質で、LDLコレステロールとHDLコレステロールに分けられます。LDLコレステロールは悪玉コレステロールと呼ばれ、血管壁に蓄積しやすく動脈硬化の原因となります。HDLコレステロールは善玉コレステロールと呼ばれ、余分なコレステロールを肝臓に運び出し、動脈硬化を防ぎます。

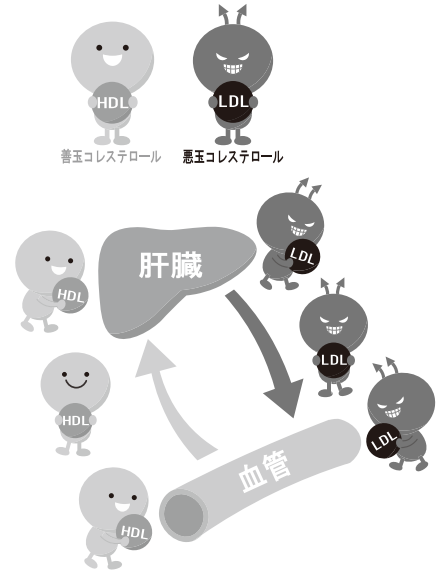


表. 脂質異常症診断基準（動脈硬化性疾患予防ガイドライン2022年版参照）

LDLコレステロール	140mg/dl以上
HDLコレステロール	40mg/dl未満
トリグリセライド	150mg/dl以上（空腹時採血）

またトリグリセライド（中性脂肪）は私たちが活動するために必要なエネルギー源になります。ビタミンの吸収を助けたり、必須脂肪酸（体内で合成されない脂肪酸）として必要なものですが、血液中の中性脂肪が過剰となった場合、動脈硬化を進展させ、心臓や脳の動脈硬化性血管病変のリスクを高めるため生活習慣の改善や適切な治療薬でコントロールすることが重要となってきます。

主要な治療薬は以下の表となっております。

スタチン LDLを下げるために 最も一般的に使用される薬剤	
成分名	商品名
アルトバスタチン	リピトール
ロスバスタチン	クレストール
ピタバスタチン	リバコ錠
シンバスタチン	リポバス錠
プラバスタチン	メバロチン
フルバスタチン	ローコール錠

フィブラート錠 中性脂肪を下げる薬剤 HDLコレステロールを上昇させる	
成分名	商品名
フェノフィブラート	リピディル
ベサフィブラート	ベサトール
ペマフィブラート	パルモディア

ATPクエン酸リアーゼ阻害剤 スタチンの上流でLDLを下げる	
成分名	商品名
ベムペド酸	ネクセトール

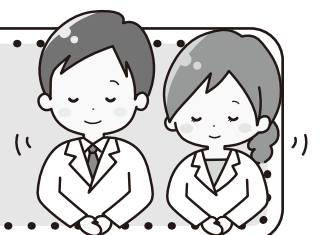
小腸コレステロールトランスポーター阻害薬 小腸でコレステロールが吸収されるのを抑制する	
成分名	商品名
エゼチミブ	ゼチーア

PCSK9阻害薬 血液中から肝臓へのコレステロールの取り込みを促す	
成分名	商品名
エボロクマブ	レパーサ
インクリシランナトリウム	レクビオ

これらの3つの薬については当施設でも以前に開発治験を実施しました。

近年ペマフィブラートにはLDLコレステロールを下げる効果も認められており、LDLコレステロールを下げる薬としても保険適用が認められています。今回当施設でその効果と安全性を確かめることを目的とした製造販売後臨床試験を実施する予定です。

治験参加者のエントリーを開始した際は、皆様の参加協力をお願いする予定です。



# 新ドクター & 新入職員

## 紹介



笑顔でがんばります！

看護師(ドック・健診)

竹本 佐津樹

- ◇趣味：高松市内のイベントやお出かけスポットを探すこと
- ◇休日の過ごし方：子供たちと公園へ行ったり、お出かけをしたり
- ◇最近のお気に入り：おいしいうどん屋さんを見つけること
- ◇好きな食べ物：甘い物、うどん
- ◇苦手なもの：辛い食べ物、きゅうり



一生懸命、働きます！

非常勤医師(ドック・健診)

戸田 雄太

- ◇趣味：テニス、おいしいご飯めぐり
- ◇休日の過ごし方：外食
- ◇最近のお気に入り：Youtubeでテニスの試合を見る事
- ◇好きな食べ物：甘い物
- ◇苦手なもの：パクチー



初志貫徹

看護師(内視鏡室)

木村 春美

- ◇趣味：映画鑑賞、ドライブ
- ◇休日の過ごし方：ドライブ、庭いじり
- ◇最近のお気に入り：いろいろな所へ行っておいしい物を食べる
- ◇好きな食べ物：チョコレートなど甘いもの
- ◇苦手なもの：こん虫



皆様のために  
頑張りたいと思います！

非常勤医師(ドック・健診)

木下 純一

- ◇趣味：ゴルフ
- ◇休日の過ごし方：Youtube、映画をみる
- ◇最近のお気に入り：メダリスト
- ◇好きな食べ物：うどん
- ◇苦手なもの：肉の脂身

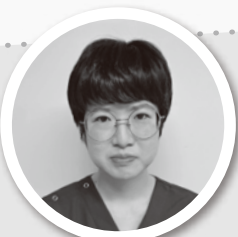
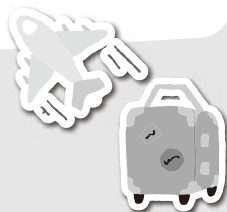


一生懸命がんばります！

健康推進課 事務スタッフ

丸山 優未

- ◇趣味：旅行
- ◇休日の過ごし方：家でごろごろ
- ◇最近のお気に入り：動物の動画を観ること
- ◇好きな食べ物：パスタ
- ◇苦手なもの：辛いもの



しんどくない胃カメラを  
目指して  
がんばっていきます。  
よろしくお願いいたします。

非常勤医師(内視鏡室)

谷口 亜依

- ◇趣味：おいしいものを食べる事
- ◇休日の過ごし方：子どもとあそぶ
- ◇最近のお気に入り：うどんやさんめぐり
- ◇好きな食べ物：うどん、ラーメン、パン
- ◇苦手なもの：虫



## 人生の第2幕

「何とかなるさ」で軽やかに！進みたいけど、  
なぜか“身体”が邪魔をする！ 前川(玄太): 84kg!

※名前は、“玄太”ではありませんが、懐かしいTV番組にあやかって(笑)



【家族写真!?!】

皆さま、はじめまして。この度、事務長として入職いたしました前川です。1985年に「通信業界」の会社に入社して以来 定年まで あっという間の40年を駆け抜けてまいりました。これまでのキャリアを振り返ると、出向や転籍を繰り返す、なかなか「変化の激しい」サラリーマン生活でした。なかでも思い出深いのは、香川の財界団体への出向です。会社の業務とは180度異なる「地域振興」や「地方創生」に向け、メンバーによる委員会活動のサポート役で20年近く携わらせていただきました。良き上司や同僚、そして部下に恵まれた幸せな会社員人生に区切りをつけ、今年から縁あって全く未知の世界である「医療業界」へ飛び込みました。64歳にして、新人。毎日が“発見と驚き”の連続ですが、新しい環境にワクワクしています。ただ、変わらずの家庭人生は、嫁と3姫に虐げられつづけています。退職した会社の方々も当施設の人間ドックや保健指導を受けておられますので、まずは当施設の保健指導を受け、見違えた姿になるところを見届けていただきたいと思います。

## 私の「精神的 三種の神器」

紙面には私のプライベートを象徴する3枚の写真を載せさせていただきました。

### ①愛犬とのツーショット



私の癒やしの源、パートナーです。いつの間にか実質年齢で抜かれました。最近は犬に散歩させられています！

### ②趣味のテニスにて



週末はラケットを振っています。この体型で、こんなに走れるのかと周りからは驚かれています。年甲斐もなく、まだまだ“剛よく柔を制す”！で無理して頑張っています。いつまで続くやら…。

### ③鳴門海峡での船釣り



海の上は、日常の喧騒を忘れさせてくれます。写真は運良く釣り上げた鯛！でも最近は腰痛で行けません。「めでたい」ことが皆さまにも届きますように。

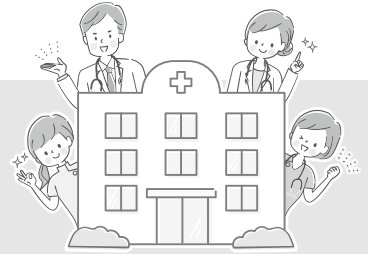
## これからの抱負

私の座右の銘は、「朝の来ない夜はない」です。

混迷の時代ですが、“最後には良き方向でどうにかなる”と信じて、肩の力を抜いて皆さまと向き合いながら。人との出会いを大切にしていきます。

なお、医療の専門知識については、これから皆さまに教えていただくことばかりですが、事務長として、“皆さまが これからの人生を笑顔で過ごせるクリニックづくり”に全力でサポートしていきます。

ロビーや廊下で見かけましたら、ぜひお気軽に、お声がけください。どうぞよろしくお願いいたします。



## がん検診を受けましょう。

～特定健康診査に加えて～

多くの自治体では、夏から秋にかけて、がん検診・特定健康診査が始まります。早期発見、早期治療のためにも継続的な受診が大切です。当施設では、特定健康診査に加え、各種がん検診も同時に受診できる体制を整えております。受診券が届いたら、忘れずに受診しましょう。検診の対象年齢や内容、実施時期は自治体によって異なります。詳しくは、お住まいの自治体の案内をご確認ください。

### あなたのがん検診チェックガイド

特定健康診査の  
受診券も忘れずに

職場のがん検診

ある



職場の方法に応じてがん検診へGO!

ない

ある



検診を受ける場所、日時、  
予約の要否を確認。

ある



受診券(票)と健康保険証を持って、  
がん検診へGO!

市町から届いた受診券(票)  
やクーポン券



ない

分からない



ある

手元に受診券(票)やクーポン券のない方、検診を受ける場所、  
日時、予約の要否が分からない方はお住いの市町へお問い合わせください。  
※クーポン券は市町により配布対象が異なります。

## 腹部超音波検査の精度管理

～腹部超音波検査 9年連続のA評価をいただきました。～

全国労働衛生団体連合会が実施している

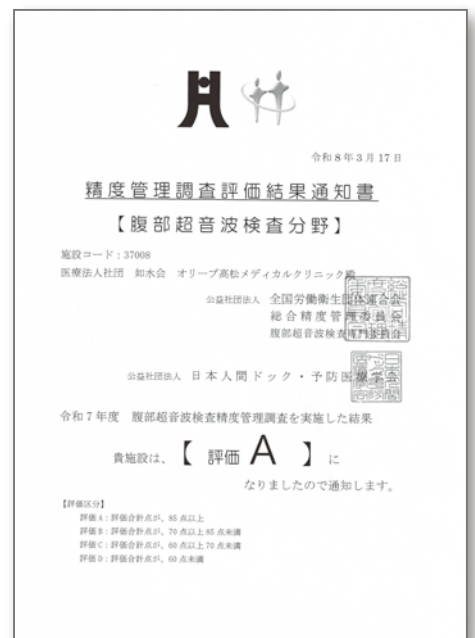
「腹部超音波検査精度管理調査」に参加し、9年連続でA評価となりました。

A評価は、最も優れた結果であることを示し、撮像画像がきわめて良好で、判定処理も適正であることを意味します。

当施設では、この外部の精度管理調査に毎年参加することで、院内における画質の精度向上の継続のため、撮影者の技術格差を減らすとともに、装置の経年劣化の度合いまで確認しています。

いつ検査をしても、受診者の方に正確な検査が提供できる体制づくりにつなげています。

これらによって、受診者様の利益につなげていくことを最終目的として、今後も継続して取り組んでいく予定です。



編集

先日開催された「第1回かがわマラソン2026」に参加してきました!!初心者にも走りやすいファンラン(3km)とはいえ、気分はすっかりアスリート。ランニングシューズ、ウェアもバッチリ決めて颯爽と高松の街を駆け抜けました。フルマラソンでは讃岐うどんなどのご当地グルメの提供や、沿道からの温かい応援もあり、とても盛況な大会となったようです。梅雨入前の爽やかな季節、運動不足解消に一步踏み出すちょうどいいタイミングかもしれません。まずはシューズを買うところからでも大丈夫ですので一步外へ出てみましょう。



後記