

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.35
2022.5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

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

新型コロナウイルス追加接種(3回目接種)を継続中です。4回目接種も決定しました。

香川県での感染者数も高止まりの状況にある中、当施設でも今年に入ってから新型コロナウイルス3回目の追加接種が続いています。当施設でも1月より接種を継続しています。

オミクロン変異ウイルスやその後の新たな変異株の急速な拡大をふまえ、2回目の接種終了からの間隔を6ヶ月以上と前倒しして接種可能としています。(今後は5ヶ月以上とさらに短縮される見込みです。)

3回目の接種では、1・2回目に接種したワクチンの種類にかかわらず、ファイザー社製かモデルナ社製のワクチンを選べる交互接種が可能となります。どの組み合わせでも効果や安全性に差はないことが報告されています。また追加接種を行わなかった場合と比較して感染予防効果や重症化予防効果を高める効果があることも示されています。

なお、4回目の接種も決定しました。接種対象は、3回目接種を終えた人のうち、5ヶ月以上経過した60歳以上の方、または18歳以上の基礎疾患のある方で、5月下旬より接種を開始する見込みです。

当施設でもファイザー社製、モデルナ社製どちらのワクチンも接種できる体制を整え、かかりつけの患者様、1・2回目、3回目を当施設で接種された方に引き続き接種を行っていきます。

3回目、4回目のコロナワクチン接種に関しての予約、不安や疑問については当施設のスタッフまでお申し出ください。

乳腺外来が始まりました

診察日 毎週金曜日

受付時間 午後13時00分～16時30分

女性専門医、女性技師が担当しています。



乳房の自覚症状はありませんか？

- *乳房の痛み、違和感
- *乳房、わきの下（しこり、ひきつれ、くぼみ）
- *乳頭や皮膚の異常（湿疹・ただれ・分泌物）



乳がん検診の結果はどうでしたか？

要精密検査となっていたらマンモグラフィや乳腺エコーで見つかった病変がどのような状態かを診断するための詳しい検査が必要です。まずは、同封の紹介状を持って乳腺外科専門医を受診してください。自覚症状のない方はついつい放置してしまいがちですが、早期乳がんは自覚症状のない場合が多々あります。

精密検査と言われたら、早めに専門医の診察を受けてください。

当施設の乳腺外来での精密検査は...

1. 専門医による診察と、再度マンモグラフィ、乳腺エコー等の画像検査を行います。

所見あり



2. 細胞検査 又は 組織検査 *2

良性



検診へ

異常なし



精密検査の画像検査により、専門医が異常なしと判断する事は多々あります。

悪性



3. 手術等のため紹介

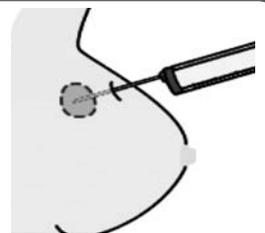
術後



4. 手術後の服薬、経過観察は当施設乳腺専門医が行います。

*2

超音波で画像を確認しながら、シコリの部分に細い注射針を刺して細胞、または組織を採取します。



乳がん？ 仕事は？



介護が...
子供が...

がん治療を終えたあとは、治療から解放される一方で、不安や抑うつといった精神症状を抱える方も多いと言われています。心配な事、誰かに聞いてほしい事等あればご相談ください。



人間ドック・健康診断の結果表が変わります



予防医療センターは、令和2（2020）年に日本人間ドック学会の健診施設認定の3回目の更新認定を受けました。日本人間ドック・健診施設機能評価認定の施設として、その後も健診精度の向上を心がけ、受診者の方には安心・満足を感じていただけるような対応や結果表作成に取り組んでいます。

令和4（2022）年度は日本人間ドック学会で判定区分が変更されましたので、当センターも学会の判定区分を準拠し、結果表の改定を行いました。受診者の方には、結果表の見方が変わりますので、ご紹介したいと思います。

大きく変わった点は、これまでの判定「A：異常なし、B：軽度異常、C：要経過観察、D1：要治療、D2：要精検、E：治療中」の中で、「D1：要治療」と「D2：要精検」が併合されて「D：要精密検査・治療」になったことです。（資料1）

また、過去の間ドック・健康診断結果（平成30（2018）年度～令和3（2021）年度）の「D1」、「D2」判定も今回の変更に伴って「D」判定で併合された記載になっています。（資料2）

（資料1）

旧判定区分：2021年度まで

A	B	C	D1	D2	E
異常なし	軽度異常	要経過観察 (生活改善・再検査)	要治療	要精検	治療中

新判定区分：2022年度より

A	B	C	D	E
異常なし	軽度異常	要再検査・生活改善	要精密検査・治療	治療中

（資料2）

機能別判定 2021年4月よりALP・LDHの測定方法がJSGC（日本臨床化学会）法からFCC（国際臨床化学連合）法へ変更されましたので、それに伴い判定基準も変更しています。

総合判定	A: 異常なし	B: 軽度異常	C: 要経過観察	D1: 要治療	D2: 要精検	E: 治療中
身体計測	C	C				
内科診断	A	A				
視力	A	A				
聴力	A	A				
尿検査	B	A				
血液一般	A	A				
尿蛋白	B	A				
肝機能	D2	D2				
胆臓	C	C				
尿酸	A	A				
腎機能	A	A				
糖代謝	D1	D2				
血圧	C	C				
心電図	A	A				
胸部X線	A	A				
便潜血						未実施

機能別判定 2022年4月の日本人間ドック学会の判定区分変更に準拠し、判定区分を変更しています。なお、2018年4月～2022年3月の判定区分も今回の変更に準拠し、「D1」、「D2」判定が併合されて「D」判定になっています。

総合判定	A: 異常なし	B: 軽度異常	C: 要再検査・生活改善	D: 要精密検査・治療	E: 治療中
身体計測	C	C	C		
内科診断	A	A	A		
視力	A	A	A		
聴力	A	A	A		
尿検査	A	B	A		
血液一般	A	A	A		
尿蛋白	A	B	A		
肝機能	D	D	D		
胆臓	B	C	C		
尿酸	A	A	A		
腎機能	A	A	A		
糖代謝	D	D	D		
血圧	C	C	C		
心電図	A	A	A		
胸部X線	A	A	A		
便潜血					未実施

もともと「D1：要治療」も「D2：要精検」も医療機関の受診をお勧めしている項目ですので、「D」判定に併合してもこれまでと解釈は同じです。医療機関を受診して、検査や治療について医師に相談していただきたいという意味です。これまでは「要治療」と思って受診しても経過観察指示になった受診者の方もいらっしゃるのではないのでしょうか。今年度からは受診先の医療機関で精密検査を行うか、治療を行うか判断（相談）していただくようになります。

医療機関の受診もなかなかできないと言う方もいらっしゃると思いますが、ご自身の体の事ですので、次の人間ドック・健康診断までには必ず受診をお願いします。

当施設では、前年度（令和3（2021）年度）より泌尿器外来（第1・3金曜日午後）を開設し、今年度は乳腺外来（毎週金曜日午後）も開設しました。診療科目を増やすことで、人間ドック・健康診断のフォローアップにも繋げていきたいと思い、取り組んでいます。もちろん内科のフォローアップ外来（火・水曜日）もこれまで通りに行っています。予約もできますので、外来受診を検討される際には、問い合わせ窓口の外来受付または内科外来にご相談ください。フォローアップ受診を検討していただきたい受診者の方には、結果表を送付の際に案内用紙を同封させていただいておりますので、ご確認ください。

治験センターからのお知らせ

ご報告

当施設で実施している臨床研究におけるニュースレターで紹介されました

参加ご施設のご紹介



ENaK studyにご参加いただいておりますご施設をご紹介いたします。今回は、目標登録数の10例を早々に達成いただいた後も積極的に候補患者さんのスクリーニングを進めていただいております、医療法人如水会 オリーブ高松メディカルクリニック 福井 敏樹先生にお話を伺いました。

医療法人如水会
オリーブ高松メディカルクリニック
院長 福井 敏樹先生 と スタッフの皆様

新型コロナ・オミクロン株による第6波感染拡大のなか、皆さまにおかれましては、日々の診療にご尽力を続けておられることとお察しいたします。

香川県高松市にある医療法人如水会オリーブ高松メディカルクリニックの福井と申します。当施設の前身は、NTT西日本が運営する医療施設でしたが、7年前にNTT西日本から事業継承して頂き、今日に至っております。私は、2001年にNTT西日本高松病院から診療所に名称変更された時に院長として赴任し、現在まで運営の責任を担ってきました。NTT当時から、収支改善は、私に課せられた大命題でしたが、健診・人間ドックを中心とした予防医療に特化すること、そこから経過観察や早期治療が必要な方々のフォローアップ

を充実させるなかで、生活習慣病を中心とする新薬開発治験にもずっと取り組んできました。クリニックレベルでの治験が普及し、多くの新薬開発が実施されるという時流にもうまく乗り、数多くの新薬治験に関わるとともに、施設の医療レベル向上にも非常に貢献してくれたと自負しています。

治験に取り組んでもう20年以上になりますが、その間一緒に頑張ってくれたのが(株)EP総合のコーディネーターの方々です。時代の変遷のなかで、(株)EPリンクから(株)EPミントとなり、現(株)EP総合と社名は変わってきましたが、医療施設を支援するSMOとして一緒にずっと治験に取り組んできてくれました。今回の研究は、エサキセレノンの臨床試験というべきものかと思いますが、これまでのノウハウを生かしてご協力させて頂いています。

超高齢化社会が現在進行中のわが国で、健康寿命の延伸が叫ばれるなか、減塩は、高血圧対策のみにとどまらない非常に重要な課題です。食塩摂取量をどのように減らしていくかという課題に対して、尿中Na/K比から食塩摂取量を推定し、エサキセレノンの降圧との関係性を評価しようとする本研究は、非常に興味深いものがあります…。

(一部割愛および改編にて掲載)

現在実施中の治験です

RSウイルスワクチン

の治験*に参加していただける方を募集しています。

*治験とは、新しいお薬を患者さんにお使いいただき、その有効性(くすりの効果)と安全性(副作用)を調べる試験のことです。

参加いただける方

- ・60歳以上の方
- ・ご自身、ご家族がスマートフォン、タブレットの操作ができる方

*ワクチン・治験検査は無料です。

参加いただけない方

- ・2週間以上全身性コルチステロイドを飲み続けている方
- ・5年以内にがんの診断を受けた方

*他基準ありますが、詳細は別途、直接確認させていただきます。
*基準に合わない場合、参加いただけない場合がございます。

基本スケジュール ()は必要な方のみ

📌 ワクチン接種 📌 採血 📌 来院 📌 電話またはアプリによるやり取り

1日目 来院	15日目 来院	29日目 電話	85日目 ()	169日目 ()	RSウイルス感染症 のシーズン終了後 ()
📌	📌	📞	📞	📞	📞

*1日目～終了まで週2回
呼吸器症状の有無を
アプリ📱で報告。

*急性呼吸器症状(咽頭痛・鼻閉・咳・息切れ・痰・喘鳴)が出現すれば、別途来院📌
および検査(喀痰・鼻ぬぐい液)、アプリ📱での報告が必要になります。



応募期間 2022年3月～2022年7月頃まで
お問い合わせ先 (平日9:00～17:00)
オリーブ高松メディカルクリニック 087-839-9626(総務課)
治験責任医師: 福井 敏樹

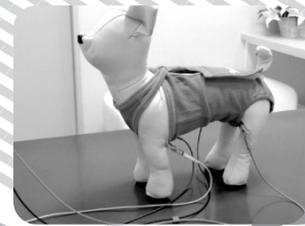


心臓のおはなし

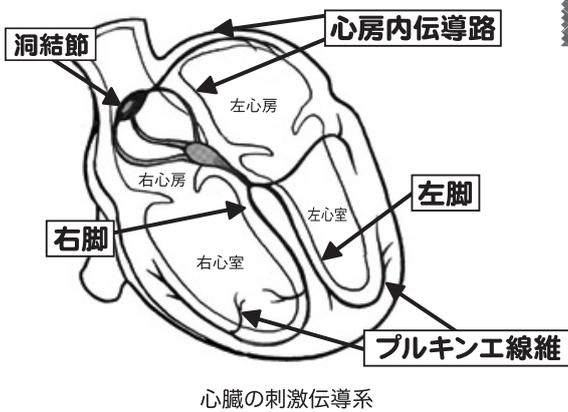
②心電図とは？

心臓の豆知識②

動物にも心電図検査があり、動物の種類によって、各々の心電図検査の方法がある



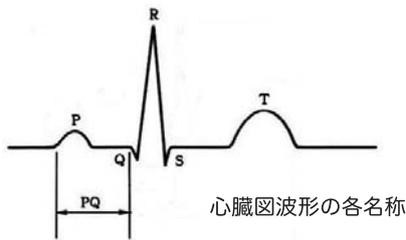
◆心臓の拍動は、心臓からの微弱な電気信号を受けて心筋が興奮する事により、心筋が動かされて起こります。この電気信号を発生させ、心臓内へと伝えていく役目を行うシステムが『刺激伝導系』です。



【心臓内の電気信号の伝わり方】

- 洞結節** : 心臓を動かす電気信号の発生源
- 心房内伝導路** : 心房筋へ電気信号を伝えて興奮させる
心室側へ電気信号を伝える
- 房室結節** : 心房からの電気信号をタイミング良く心室へ送る中継地点
- 右脚・左脚** : 左・右心室へ電気信号を伝える
- プルキンエ線維** : 心室筋全体に電気信号を伝え、心室筋を興奮させる

◆この電気信号が心臓内で伝わっていく過程を波形として表し、記録したものが『心電図』です。



- P 波** : 左・右心房の興奮(心房の収縮)を表す
- P-Q 間隔** : 心房の興奮が心室へ伝わるまでの時間
心房・心室間の伝導能力を反映
- QRS 波** : 左・右心室の興奮(心室の収縮)を表す
- T 波** : 心室の興奮が終わり、回復する過程を表す

◆心電図検査で、何の異常が、心電図波形のどこの部分に起こっているかを検査することにより、心臓のどこで、どんな異常が起こっているのかを知ることができます。また、異常の原因や最適な治療法の選択を判断するのに役立ちます。



◆心電図検査は、短時間で簡便に、どこでも検査できるので、心臓の検査では、まず最初に必ず行われる検査です。侵襲性や身体への負担がないため、繰り返し検査を行うことができます。また、心疾患によっては心電図のみで診断がつく場合もあります。

胸の痛みや動悸、違和感などがある時、まずは心電図検査を受けてみませんか？

**当院では、各種 心臓の検査行っております。
詳しい内容などに関しては、当施設スタッフにお尋ね下さい。**



* 次回は【不整脈とホルター心電図検査について】の予定です

新ドクター&新入職員 紹介



丁寧な内視鏡検査ができれば
と思います。

医師
末次 史幸

- ◇趣味：テニス、ゴルフ
- ◇休日の過ごし方：家でゆっくりテレビを見る
- ◇最近のお気に入り：ゴルフの練習
- ◇好きな食べ物：海鮮、甘い物
- ◇苦手なもの：パクチー



皆様のお役に立てるよう、
日々精進していきます。

医師
今上 雅史

- ◇趣味：ベランダガーデニング
- ◇休日の過ごし方：カフェでまったり
- ◇最近のお気に入り：昔のホラー映画鑑賞
- ◇好きな食べ物：豆腐
- ◇苦手なもの：ひよこ豆



少しでも力になれるよう
精一杯がんばります。

医師
守家 聖二

- ◇趣味：音楽鑑賞
- ◇休日の過ごし方：美味しいものを食べに行く
- ◇最近のお気に入り：エレキギターを弾き初めました
- ◇好きな食べ物：チョコレート
- ◇苦手なもの：高い所



産婦人科1年目の未熟者ですが、
一生懸命頑張ります！

医師
宮井 瑛子

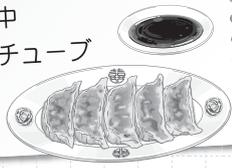
- ◇趣味：キャンプ
- ◇休日の過ごし方：よく寝る
- ◇最近のお気に入り：喫茶店巡り
- ◇好きな食べ物：うどん
- ◇苦手なもの：辛いもの



精一杯頑張ります。
ご指導よろしくお願いします。

医師
木村 華捺

- ◇趣味：食品サンプル
- ◇休日の過ごし方：結婚式に向けて準備中
- ◇最近のお気に入り：やまのめんたいチューブ
- ◇好きな食べ物：餃子
- ◇苦手なもの：徹夜



無理せず楽しみたいと思って
います♡

臨床検査技師
森 幸

- ◇趣味：ピアノ、テニス
- ◇休日の過ごし方：子どもと遊ぶ、のんびりする
- ◇最近のお気に入り：パズレシビ
- ◇好きな食べ物：大根おろし
- ◇苦手なもの：トマト



1つ1つ学んだことは着実にできる
ように一生懸命頑張ります。

看護師
前田 早也香

- ◇趣味：買い物、オシャレ
- ◇休日の過ごし方：Netflix、筋トレ
- ◇最近のお気に入り：ハンモックで寝ながらドラマを見ること
- ◇好きな食べ物：和食、寿司
- ◇苦手なもの：虫



一生懸命がんばります!!

看護助手
花田 幸子

- ◇趣味：お酒を飲むこと
- ◇休日の過ごし方：家族でほかほか温泉に行く
- ◇最近のお気に入り：Youtubeを見る
- ◇好きな食べ物：せせり
- ◇苦手なもの：バナナ

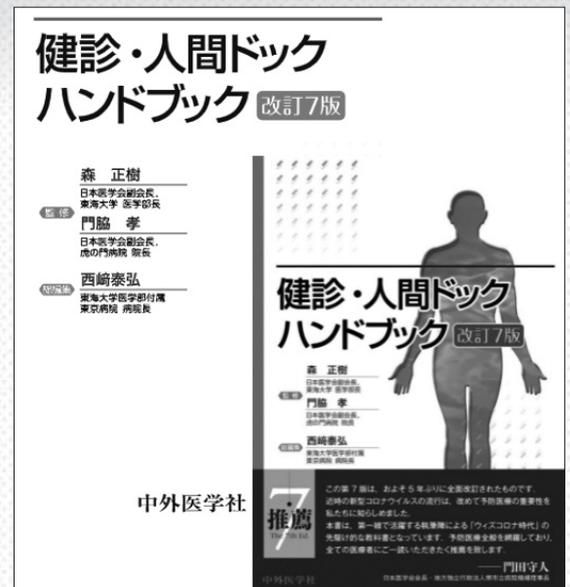


「健診・人間ドックハンドブック」がリニューアル、改訂7版が出版され、「動脈硬化検査」を担当執筆しました。

健診・人間ドックハンドブックは、2003年に初版が発刊され、改訂を重ねて今回は、東海大学医学部附属東京病院院長の西崎泰弘先生が総編集の下にリニューアルされました。今回は血圧脈波検査であるbaPWVや頸動脈エコー検査、FMD(血管内皮機能検査)など血管機能や形態異常にアプローチする健診や人間ドックで取り入れるべき動脈硬化対策に必要な非侵襲的検査を中心に概説しました(p.90-101)。

2017年に日本人間ドック学会の元理事長である篠原幸人先生が編修されて発刊された「人間ドック健診の実際」に続き、動脈硬化検査領域の執筆を担当させて頂きました。少しでも日々の健診や人間ドック受診者対応にお役に立つことができれば、幸いです。

また日本人間ドック学会の高齢者のための健診・予防医療のあり方検討委員会で津下委員長が中心になって取り組んで来られた高齢者健診対策のなかで、循環器疾患対策として実施するべき検査についての案を取りまとめ、3月発刊の第36巻5号に掲載されました(p.111-116)。今後確実に増加することが懸念されている高齢者の心不全対策のために必要な非侵襲的検査を中心に概説しています。よろしければご一読頂き、ご感想などお寄せ頂ければありがたいです。



～腹部超音波 精度管理 5年連続A評価!～

全国労働衛生団体連合会が実施している令和3年度腹部超音波検査精度管理調査に参加し、5年連続で最も優秀な成績であるA評価をいただきました。

この調査は、各施設が実施する腹部超音波検査の走査技術、読影技術および精度管理の実施状況を評価し、必要な指導を行うことにより、信頼性の高い優良な献身施設を育成し、早期がんの発見等受診者の利益につなげていくことを目的としています。



超音波検査士(健診領域)取得!

医療技術室の佐々木技師が認定超音波検査士(健診領域)を取得しました。

この超音波検査士の認定制度は、超音波医学の進歩発展に伴い、(公社)日本超音波医学会が超音波検査の優れた技能を有する専門の検査士として認定し、超音波医学並びに医療の向上を図り、国民の福祉に貢献することを目的としています。

領域は健診、体表臓器、循環器、消化器、泌尿器、産婦人科、血管領域に分かれており、今回は健診領域を取得しました。

今後も、より精度の高い検査を提供できるよう努力を続けていきたいと思っております。

おしゃべり 力

動物性たんぱく質と植物性たんぱく質

たんぱく質とは、私達の身体を構成する最も大切な成分のひとつです。骨、皮膚、筋肉、内臓、血管、血液、酵素、ホルモン、抗体、等々の元になっていて、分解と合成を繰り返しているため、身体の機能を維持するためには常に摂取が必要となります。

そこでよく聞かれるのが、「動物性と植物性のどっちがいいの?」という質問です。

単純に質で比較すれば、動物性の方が良質のものが多いと言えます。たんぱく質はアミノ酸で構成されていて、ヒトの身体を構成するアミノ酸 20種類のうち、体内で合成されない 9種を必須アミノ酸と言います。良質なたんぱく質とは、この必須アミノ酸がバランスよく含まれるものをいい、評価基準は「アミノ酸スコア」で表されます。「アミノ酸スコア」が100に近いほど良質というわけですが、植物性よりも動物性の方が「アミノ酸スコア」が高い食品が多いのです。消化吸収効率も動物性の方が高く、速やかに筋肉合成に働くことで植物性より優れていると言われています。

ですが最近、「摂取する植物性たんぱく質の割合が高い人ほど、循環器疾患、心疾患、脳血管疾患による死亡リスクが低い」「動物性たんぱく質の摂取量が多いと糖尿病のリスクが上昇する」などの研究結果が国内外で発表され、植物性たんぱく質の人気の高まっています。動物性の食品には、肉類や乳製品のように飽和脂肪酸の含有量やエネルギー(カロリー)が

高いものが多く、それらが様々な疾患のリスクを高めるのに比して、植物性の食品には、大豆や大豆製品のように食物繊維や抗酸化物質・ビタミン・ミネラルなどが豊富に含まれていて、逆に疾患へのリスクを軽減してくれる食品が多い、というのが理由のようです。

結局、どちらもそれぞれの得意分野と苦手分野があることから、お互いの過不足を補いあっていることが望ましいのではないのでしょうか。肉ばかり、大豆ばかり、ではなく、バランスよく摂ることで双方の良いところを活かしていけるといいですね。

動物性たんぱく質



肉類

魚介類

卵

乳製品

植物性たんぱく質



豆腐

納豆

豆乳

油あげ

(タンパク質の多い食べ物)

オプション検査ご希望の方へのお願い

この度は、当施設の健診・人間ドックをご利用いただきありがとうございます。令和4年度から、受付業務を簡略化し、十分な検査準備を整えたうえで、受診者の皆様の待ち時間の軽減を図るため、**オプション検査の当日のお申し出は、原則、お受けすることはできなくなっています。**

ご希望の方は、**必ず、受診日の3日前までにお申し込みください。高松市がん検診受診券をご利用の方も同様に事前にご連絡ください。**

(ただし、医師の診察時や医療スタッフによる保健指導時に勧められた検査で、当日対応可能な場合は引き続き、できる限り対応させていただきます。)

ご理解のうえ、ご協力の程よろしくお願い致します。



〈オプション検査のお申し込み〉

オリーブ高松メディカルクリニック
ドック・健診受付
TEL.087-839-9630

編集

後記

新緑が目には鮮やかな季節となりました。

皆さま、ゴールデンウィークはいかがお過ごしになりましたでしょうか。

「瀬戸内国際芸術祭2022」が開幕しました。3年に一度、春、夏、秋の3会期に分かれ、瀬戸内海の12の島と2つの港を舞台に開催される現代アートの祭典です。少しずつではありますが、日常が戻りつつあることを嬉しく思いますが、新型コロナウイルス感染症の新規感染者はここ香川県でも高止まりが続いています。瀬戸内といえど直島の「地中美術館」や「ベネッセミュージアム」「赤かぼちゃ」を思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。もちろん、できる限りの感染対策を心がけたうえで、それぞれの島の歴史、景観を生かしたアートを道標に瀬戸内の島々を巡り、こころ癒され、瀬戸内の良さを再確認してみたいはいかがでしょうか。