



健康管理センター便り

発行：荘内地区健康管理センター 住所：山形県鶴岡市馬場町1-45
TEL：0235-22-6445 FAX：0235-25-2216 E-mail：kenshin@tsuruoka-med.jp

あけましておめでとうございます。
旧年中は格別のご厚情を賜り心より御礼申し上げます。
本年も皆様の健康増進に貢献してまいります。
今後とも、健康管理センターを引き続きご利用賜りますようよろしくお願い申し上げます。
令和3年1月



荘内地区健康管理センター

新型コロナウイルスが気になって受診を控えている皆様へ

自覚症状が現れにくい、そんな病気は少なくありません。

自分の体をしっかり知るのが、健康維持の第一歩です。健診で健康状態をしっかりとチェックしましょう。当センターでは、入館時の健康チェックや換気、消毒を行うなど、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策に努めています。

今後も、皆様に安心して受診いただけるよう、職員一同、適切な感染症対策に努めてまいります。



令和3年度 健康診断のご予約は 3月から開始します!!

来年度の健診申込案内を、3月中旬より今年度当センターをご利用いただいた事業所様へ順次送付いたします。
お申込み方法につきましては下記をご参照ください。

申込方法

1 空き日程のお問合せ・予約日決定

はじめに電話・FAX・メール等でご連絡ください

- 必要項目
- 事業所名
- 受診予定者人数
- 希望日
- 健診コース
- 追加検査

2 受診予約者名簿の提出

FAXまたはメールもしくは郵送で当センターへご提出ください

3 健診案内・質問票の送付

健診日の2週間～1ヶ月前に質問票を送付いたします
注意事項等同封しておりますので、あわせてご確認ください

健康診断個人票や 定期健診結果報告書等の、 医師の押印が不要となりました

改正労働安全衛生関連法令が令和2年8月28日に施行されました。

これまで必要だった医師の押印が不要となり、記名のみで良いこととなりました。

定期健診、特化物健診、じん肺健診等の全ての健診における取り扱いとなります。

様式第5号（第51条関係）（2）（裏面）

健診年月日	年月日
その他の法定検査	
その他の検査	
医師の診断	
健康診断を実施した医師の氏名	印 ←
医師の意見	
意見を述べた医師の氏名	印 ←
歯科医師による健康診断	
歯科医師による健康診断を実施した歯科医師の氏名	印 ←
歯科医師の意見	
意見を述べた歯科医師の氏名	印 ←
備考	

今回削除された箇所

がん検診

精密検査をしっかりと受けて
1年を安心して過ごしましょう！

がん検診の目的って…？

検診を受けていれば、がんにならないというわけではありません。
がん検診は、一見健康な人に対して「がんがありそう(要精検)」、
「がんがなさそう(異常なし・精検不要)」を判定し、「ありそう」と判定された方を精密検査で診断し、**救命できるがんを発見することが目的**です。



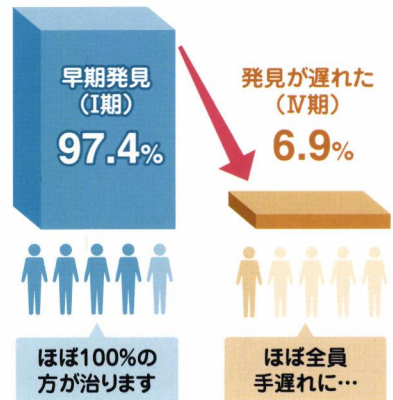
どのがんも、早期がんはほとんど症状がありません

具合が悪くないから精密検査を受けないという方がいますが、**早期のがんは、ほとんど症状がありません。**
例えば…胃がんを見てみましょう。(図1)



症状がない早期(I期)で発見されると、ほとんどの方が治ります。
しかし、症状がでるような進行がん(IV期)になると、5年生存率は10%以下です。**症状がなくても、異常を指摘されたら早めに精密検査を受けることが大切**です。

図1 胃がん5年生存率



出典:全がん協加盟施設の生存率共同調査 (2008年~2010年全症例)

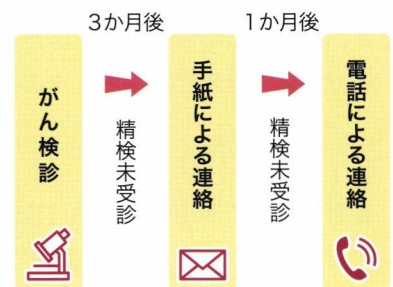
健康管理センターでは、精密検査の受診状況の確認に力を入れています！

当センターでは精密検査受診の確認がとれない方への受診状況の確認に力を入れています。
検診から3か月後に手紙で、さらに1か月経過しても受診の確認がとれない方には電話で、精密検査受診のご案内をさせて頂いております。(図2)



これまで、当センターからの連絡後に精密検査を受け、がんが発見された方もいらっしゃいます。

図2 がん検診 受診状況確認の流れ



精密検査や治療を受けなければ、がん検診の効果はなくなってしまう。
その後の1年を安心して過ごせるよう、精密検査は早目にしっかりと受けるようにしましょう

手荒れ対策してますか？

今年はアルコール消毒の実施などにより、手荒れにお悩みの方が多くはないでしょうか？健康な皮膚は十分な水分を保ってくれるバリア機能があり、この機能が壊れてしまうと、手荒れが起きてしまいます。

ハンドクリームを使用して保湿を行う場合、クリームを手のひらに出し、両手を重ね合わせて少し温めるようにすると、伸びと浸透が良くなり効果的です。



ホームページをリニューアルしました

健康管理センターのホームページをリニューアルしました。
スマートフォン閲覧対応となり、お知らせページの見出しをわかりやすく変更しています。ぜひご覧下さい。



QRコードからすぐアクセスできます

