



さくら診報

平成30年6月1日発行 第173号

平成30年度 練馬区 健康診査・がん検診等の当院受診について ～失ってはじめて気づく健康の「ありがたさ」～

生活習慣病やがんは、初期段階では自覚症状がないことがほとんどです。
疾病の予防や早期発見・早期治療のため、健康な時から健康診査・がん検診を受けましょう！

当院で受診可能な健康診査

- ☆ 特定健康診査
- ☆ 肺がん検診
- ☆ 大腸がん検診
- ☆ 肝炎ウイルス検査（これまでに受診したことがない方）
- ☆ 前立腺がん検診（対象年齢は60才・65才のみとなります）

※がん検診は、当日受付にてお申し込み下さい。



0176-28-11269,128

健診受付日時（平成30年5月1日～平成30年11月30日）

- ☆ 月曜日～金曜日
- ☆ 9：00～11：30 14：30～16：00

※土曜日でないと健康診査を受けられない方は、お電話にて問い合わせ下さい。

※大腸癌のみH31.3.31まで受診できます

健康診査当日にお持ちいただく物

- ☆ 受診券（黄色の紙） ※右側の問診表をご記入いただきご持参ください。
- ☆ 保険証
- ☆ 当院の診察券をお持ちの方はお持ち下さい。
- ☆ 社会保険ご加入の方（集合Bのみ）は、受診ハガキ（住所記入）

※ 受診券は練馬区より順次お届けの予定です。

期限間際は混雑する可能性がありますので、早めの受診をお願いします。

当院は、骨密度・PWV検査（動脈硬化を調べる検査）・胃カメラ・腹部エコー検査等もおこなっております。 窓口にてお問い合わせ下さい。

阿部クリニック 外来受付

さわやかな5月からうっとうしい季節になります。皆様、暑さを乗り切るためにこの時期は体調管理が必要です。最近、話題の言葉を紹介しましょう。

フレイル 老化に伴い、筋力などの運動機能や日常の活動量、認知機能など低下した状態「虚弱」など意味する英語のフレイルティー (frailty) が語源。早く対処すれば、進行を防止し健康な状態に戻したりすることから日本老年医学会が2014年に提唱しました。

サルコペニア フレイルの一因。筋肉量が減少し、転倒や骨折のリスクが高くなる。要介護状態になるのを防止する対策が重要になってくる。ギリシャ語で筋肉を意味するサルコ (sarco) と喪失を意味する (penia) を合わせた言葉です。

色々な場面で出くわす言葉でオーラルフレイルなども話題になっています。

オーラルは「口の中」という意味でオーラルフレイルは口の中の虚弱であり、歯周病だけの問題ではなく、低栄養などの多くの問題があると言われています。

健康長寿のための3本柱は栄養・運動・社会参加であると「フレイル予防ハンドブック」に記されています。

今後も詳しくお知らせしたいと思います。お楽しみに！

桜台訪問看護ステーション 訪問看護師

阿部クリニック平成30年6月外来予定表

日	曜日	午前		午後	日	曜日	午前		午後
1	金	中村	森岡	中村	16	土	飯島	石神	
2	土	飯島	須藤		17	日			
3	日				18	月	中村		中村
4	月	中村		中村	19	火	小島	高橋	中村
5	火	小島	高橋	中村	20	水	中村	森岡	中村
6	水	中村	森岡	中村	21	木	神崎	望月	飯島
7	木	神崎	望月	飯島	22	金	中村	森岡	中村
8	金	中村	森岡	中村	23	土	中村	石神	
9	土	中村	休診		24	日			
10	日				25	月	中村		中村
11	月	中村		中村	26	火	小島	高橋	中村 高橋
12	火	小島		中村 高橋	27	水	中村	森岡	中村
13	水	中村	森岡	中村	28	木	神崎	望月	飯島
14	木	神崎	望月	中村	29	金	中村	森岡	中村
15	金	中村	森岡	中村	30	土	中村	石神	

*整形外科 (水) (金) 午前中

*漢方外来 (火) 午前又は午後

*皮膚科 (木) 午前

*胃内視鏡検査・超音波検査 (土) 午前

担当医は、学会等の都合により、代診・休診の場合がございます。

発行：医療法人財団 秀行会

練馬区桜台2-1-13

広報委員会