



富山赤十字病院 健診センター

かがやき

第3号



富山赤十字病院は日本赤十字社の支部病院として明治40年、総曲輪に全国で6番目の赤十字病院として創立され、5月1日で110周年を迎えました。健診部門としては、昭和35年7月に運営をスタートし57年目になります。2020年東京オリンピックの年に還暦を迎える健診センターとしてもみなさまとともに健康寿命を延ばすべく、時代のニーズに応える健診を提供していきたいと思っております。



機能評価認定施設
第178号

健診からのお知らせ

人間ドック健診施設機能評価 (Ver.3.0) 認定施設 の認定が更新されました

富山赤十字病院健診センターは、平成19年に富山県で初めて日本人間ドック学会の人間ドック健診施設機能評価認定施設として認定されました。このたび、平成29年4月1日付けで、人間ドック健診施設機能評価 (Ver.3.0) の認定更新が認可されました。

人間ドック健診施設機能評価とは、健診施設の設備や人間ドック健診の質が基準を満たしているかどうか、受診者の満足と安心を得られる内容となっているかどうかなど、時代の流れに合った国民が望む人間ドック健診が提供されているかどうかを、第三者的人間ドック健診施設機能評価委員会が書面・訪問調査を行うものです。当センターは各評価項目に対してその認定基準に達していると判断され、認定が更新されました。県内に認定施設は2施設ありますが、総合病院併設の認定施設は当センターだけです。

当健診センターは、今後も総合病院併設の健診センターとして、診療科と連携して質の高い健診を提供してまいります。また、「皆様がいきいきとかがやいた健康ライフを送るための健康増進支援を行う」というスローガンをかけ、今後も皆様からの声に真摯に耳を傾け、皆様を選んでいただける健診センターを目指して、スタッフ一同努めてまいります。

今後とも当健診センターを
よろしく願います。

健診部 医師 仙田 聡子

このプレートが安心と信頼の証です。



5月31日は 世界禁煙デー

イベント開催：平成29年5月29日 (月) ~ 6月2日 (金)
2階 やすらぎホール



「世界禁煙デー」は世界保健機構 (WHO) が1989年に制定した禁煙を推進するための記念日です。日本では1992年より、5月31日から6月6日までの1週間を禁煙週間と定め、各地で世界禁煙デー記念イベントが行われています。当院では禁煙外来と健診センターが、「世界禁煙デー」のイベントを行います。私たちと一緒に禁煙について考えてみませんか。お待ちしております。

パネル展

5/29 ~ 6/2
(月) (金)
13:00 ~ 15:00

- ・パネル展示
- ・禁煙方法とコツ
- ・新しい電子タバコ



体験・健康相談

5/29 ~ 6/2
(月) (金)
13:00 ~ 15:00

- ・禁煙相談
- ・一酸化炭素濃度測定
- ・ニコチン依存症スクリーニング



保健師の講義

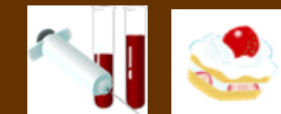
5/31
(水)

第一部 11:30 ~
第二部 13:00 ~

- ・常識クイズ
- ・タバコの害のお話し



栄養コラム ~ 検査値と生活習慣 ~



健診では、色々な検査を行います。中でも血液検査では、血液中の成分を調べることで、身体の状態や異常を知ることができます。

今回は、血液検査の中でも生活習慣と関わりがある項目を取り上げます。体質や直前の食事、運動の影響を受ける検査値もあり、一概には言えませんが、生活習慣を見直すきっかけにいただければと思います。ただし、病気や薬を服用中の方は主治医の指示に従ってください。

★γ-GTP (肝機能)

⇒高い方は、飲酒量を見直したり、休肝日を設けたりしましょう。
お酒の目安は、ビール中ビン1本、日本酒1合弱、焼酎0.6合、ワイン1/4本などのうちどれか1つです。あれもこれも飲みたいという方は、目安量は減ります。女性はこの半量です。



★トリグリセライド (中性脂肪)

⇒高い方は、ご飯や甘いもの、果物を食べ過ぎていませんか。糖質を過剰摂取すると脂肪に変化します。飲酒量が多くても上昇します。



★LDLコレステロール

⇒悪玉コレステロールと言われています。高い方は、肉類を多く食べていませんか。魚を食べる機会を増やしましょう。



★HDLコレステロール

⇒善玉コレステロールと言われています。低い方は、運動不足が考えられます。有酸素運動をしましょう。

管理栄養士 佐野由香