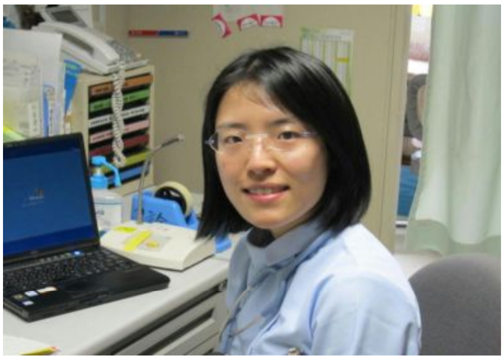
# 帯広病院だより

5月号



## 大久保彩織医師が着任しました

よろしくお願いします!!

4月1日より仕事復帰＋帯広病院では「はじめまして」の大久保彩織（おおくぼさおり）と申します。友の会新聞にデビューさせていただいたり、病院のホームページに医師研修のブログがリンクされていたりで、どこかで目にしていただいた方もいらっしゃるかもしれませんね。また外来でも診療させていただいておりますので、外来で直接お会いした方もまだまだ少ないですがいらっしゃると思います。

簡単な自己紹介をさせていただきますと、留辺蘂町出身、4月14日の誕生日で28歳になった、新米のママさんドクターです。娘も4月生まれで7日に1歳を迎えました。夫は同い年で、精神科のお医者さんをしています。4月は私の復帰とともに娘の保育園デビューもあって、我が家では生活が大きく変わりましたが、まわりの方々のあたたかいサポートのお陰で、みんな元気に楽しく充実した日々を過ごせております。本当に恵まれた環境で復職させていただき、感謝しております。

出産・育児を体験して得れたこと、感じられたことも活かしつつ、日々の学びを大切に一歩ずつ積み重ねていきたいと思っています。患者さんや地域の方々と一緒に考え、ともに学んで、成長していけるようなそんなお医者さんになれるよう日々精進して参ります。どうぞよろしくお願いいたします。

事務長さんからのリクエスト…「私の趣味は…？」モノづくり、お絵かき、歌や楽器演奏なんかが好きです。料理やお菓子作り、娘のちょっとしたものを手作りしたり、似顔絵や風景、キャラクターなんかも描いたり。合唱やピアノ、吹奏楽で打楽器をやっていたので、歌ったり、ドラムを叩いたりなんかもします。いつかそんなひと時も一緒に過ごすことができたらいいなぁと勝手に楽しみにしておりま す♪他に最近あまりできていませんが、走ったり、泳いだりも好きです。いつか家族でフルマラソンとか走ってみたいです！

## 年に一度は健康チェックを

＊＊＊＊＊＊＊＊
当院では、通院患者さん、友の会員の皆さんに年に一度の健康診断をお勧めしています。健康診断について、柴田保健師から紹介いたします。
↓↓↓↓↓↓↓↓

### なぜ健診が必要なの？

帯広市特定健診制度をご存知でしょうか？項目は、身体測定、尿検査、採血、心電図、と簡易なものになっていますが、当院では友の会員さんへの特典として胸部レントゲンを無料で行っています。「健康診断は何年ぶりだろう」「職場を離れてから採血をしていない」とか話される方も多いです。覚悟を決めて健診を受けに来院され、とても緊張している様子の方もいらっしゃいます。「まず健診を受けようと思い行動してくれただけでも第一歩です」とお話ししています。健診で、糖尿病や脂質異常症、肝機能障害が発見され、治療の対象となる方もいます。お酒や甘いものの制限が必要になる場合もあります。それが嫌だから健診を受けないのではなく、自分の体の状態を1年に1回知る機会として、健診を受けていただきたいと思います。

特定健診は、帯広市国民健康保険に加入されている方であれば、どなたでも無料で受けることができます。是非有効に活用してください。国民健康保険以外の方については、友の会健診として2000円で同じ内容の健診を受けることができますので、一度ご相談ください。

### 健診結果で精密検査が必要といわれたら？

例えば、健診結果で、「中性脂肪が高値です。精密検査が必要です」とコメントがあった場合、急いで再検査をする必要はありませんが、食事療法を実施した後、必ず再検査を受けて効果があったかどうかを確認してください。「早期に治療が必要です」とされた方については、すぐに受診して治療をお受けください。

### 特定健診だけでいいの？

特定健診は、あくまでメタボリックシンドロームに着目した健診です。生活習慣病である、高血圧、糖尿病、脂質異常症などには対応していますが、癌の早期発見に着目した健診ではありません。癌の早期発見のためには、大腸がん健診、前立腺がん健診や、腹部エコー、胃カメラを合わせて受けることをお勧めします。大腸がん検診を受けられた方の中から、毎年、がんが見つかっています。早期の大腸がんであれば、短期の入院で簡単に切除することもできますので、敬遠することなく、毎年の健康チェックの一つだと思って必ずお受け下さい。

（柴田保健師）