

Dr.橋本の健康コラム④ 「健康診査 結果の見方」

町の健康診査（健診）を受診された方は、そろそろ結果がお手元に届いているかと思えます。今回は、健診の結果の見方や活用についてご説明します。

判定結果はどう見るの？

結果通知書にある、「判定」をよく確認しましょう。
また判定結果に関わらず、何らかの症状がある場合には、速やかに医療機関を受診してください。



《判定例》

疾患別	判定	検査項目	基準値	単位	判定	値
糖	A	空腹血糖 (空腹時)	(-) 99以下	mg/dl	○	95
		血糖 (随時)	139以下	mg/dl	○	
		ヘモグロビンA1c (NGSP)	5.5以下	%	○	4.8

- A 異常認めず** 今回の健康診断では異常を認めませんでした。しかし、何かしらの自覚症状がある場合は医療機関での受診をお勧めします。
- B 要指導** 生活習慣の改善と経過観察が必要です。市町村保健師や産業医等の指導を受けましょう。
- C 要精検** 詳しい検査が必要となりましたので、専門の医療機関を受診しましょう。
- D 通院継続** 主治医の指示に従い、病気の経過を見ながら日常生活を過ごしましょう。
- 判定なし この検査は評価対象外です。

結果をどう活かせばいいの？

毎年継続して受けることが大事で、基準値内でも変動がある項目は気をつけましょう。健診結果には、自分でもできる生活習慣改善のヒントが詰まっています。家族やかかりつけ医、相談できる方と一緒に見て、ぜひ活かしてくださいね。



- ポイント1：続ける** 各検査項目の数値が過去からどのように推移しているかをチェックして、自分の身体の変化を確認しましょう。検査結果は経年で保管しておくことをおすすめします。
- ポイント2：伝える** 現在治療中の病気があり、かかりつけ医がいる場合には、健診結果を伝え、共有することをおすすめします。
- ポイント3：つなげる** 「要注意」項目を長期に放置することが、未来の大きな病気の可能性を高めることがあります。自分でもできる改善を進めていきましょう。

公立大学法人福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター 健康診査・健康増進室 室長 橋本重厚

医療機関ほか診療日時状況（平成27年8月25日現在）

- 高野病院** ☎0240-27-2901
月曜日 9:00~12:00
火曜日 9:00~12:00
木曜日 9:00~12:00
金曜日 9:00~12:00
土曜日 9:00~12:00
- 馬場医院** ☎0240-27-2231
月曜日 9:00~12:00
火曜日 14:00~18:00
火曜日 9:00~12:00
木曜日 14:00~18:00
木曜日 9:00~12:00
金曜日 14:00~18:00
金曜日 9:00~12:00
- 広野薬局** ☎0240-27-2265
月曜日 9:00~12:00
火曜日 14:00~18:00
火曜日 9:00~12:00
木曜日 14:00~18:00
木曜日 9:00~12:00
金曜日 14:00~18:00
金曜日 9:00~12:00
- 新妻歯科医院** ☎0240-27-4020
火曜日 9:30~12:30
13:30~18:00
木曜日 9:30~12:30
13:30~18:00
- 花ふさ苑** ☎0240-27-1755
面会時間 8:30~18:00

げんキッズのご案内

日ごろ、子育てをしていると、「子ども同士で遊ぶ機会が少ない」「子育ての悩みなどを話せる友達がなかなかできない」など、思うことはありませんか？

保健センターでは、就学前のお子さんを対象に「げんキッズ」を開催しています。同年代のお子さんと遊んだり、保護者同士で情報交換をする場です。

絵本の読み聞かせ、手遊びなどや保健師による育児相談なども行っています。
みなさまのお越しをお待ちしています。※必ず保護者同伴でお願いします。

◆場所と日時

広野町保健センター健康増進ホール（広野町中央台1-7）

平成27年9月8日（火）午前10時~11時30分 予定：お月見団子づくり

※9月22日は祝日のため実施しません。

なかよしランドのご案内

毎週、月・水・金曜日の午前中は、親子などの遊び場として、保健センターの健康増進ホールが利用できます。

申し込みの必要はありませんので、気軽にお越しください。

☆利用日：月・水・金曜日（ただし、9/2・18・21・23は除く）

☆時間：午前9時~正午

☆場所：保健センター健康増進ホール

☆対象：就学前の乳幼児とその保護者

☆内容：お話ししたり、遊んだり自由に過ごして下さい。おもちゃや絵本はお貸しします。

内部被ばく検査のご案内

保健センターでは内部被ばく検査を実施しています。

曜日	月・水・木・金曜日	火曜日	第2・4土曜日
受付時間	午前9時~11時30分 午後1時~5時	午後1時~6時30分	午前9時~正午
事前予約	不要		要
その他	事業などの都合で実施できない日があります。詳しくは下表のスケジュールをご確認ください。		前々日(木曜日)までに保健センターへお申し込みください。

・幼児（1歳~就学前）の検査も可能です。事前に保健センターにご連絡ください。

<9月スケジュール（○の日が検査可能日です）>

月	火	水	木	金	土
7	8	9	10	11	12
○	午後のみ ○	○	○	○	要予約
14	15	16	17	18	19
○	○	○	△	午後のみ ○	△
21	22	23	24	25	26
△	△	△	○	午前のみ ○	△
28	29	30	10/1	10/2	10/3
○	午前のみ ○	○	○	○	△