

国立研究開発法人  
国立国際医療研究センター病院

National Center for Global Health and Medicine  
http://www.ncgm.go.jp/

発行 連携医療ネット

住所 東京都新宿区戸山1-21-1

代表 TEL 03-3202-7181

FAX 03-3207-1038

地域医療連携室

直通 TEL 03-3202-8066

FAX 03-3202-1003



# 連携医療NEWS

## Vol.37 3月号

### 人間ドックセンター開設

副院長

大西 真



このたび、私ども国立国際医療研究センター病院は、平成28年5月、従来の人間ドックを充実させ、専用のスペースに新たな「人間ドックセンター」をリニューアルオープンする運びとなりました。

わが国初の人間ドックは、昭和29年に当院の前身である国立東京第一病院で始まったとされております。以来今日まで実績を重ねる間、私たちを取り巻く衛生環境は改善し、生活習慣の変化に伴い、疾病構造も大きく変貌しました。疾病の予防やがんの早期発見など、人間ドックに対する社会の期待はますます高まるだけでなく、より多様化しています。

「わが国と世界の人々の健康と福祉の増進に貢献する」という当院の理念に合致した人間ドックセンターを目指して参ります。

これまでは院内の検査各部門を受診者の方に回って頂いておりましたが、人間ドック専用のスペース内で大半の検査を受けて頂くことが可能となります。一日あたりの受診可能人数も現在の約5人から約30人へと格段に増加させます。オプションコースにつ

#### 内容

- ・人間ドックセンター開設 . . . . . 1
  - ・人間ドックセンターの詳細 . . . . . 2
  - ・スキルアップラボ . . . . . 3
  - ・看護通信 . . . . . 4
- 旬の味覚

いても、脳、心臓、肝臓、膵臓、消化管など主要臓器についての検査を充実させ、内容を一新致しました。たとえば、脳についてはこれまでの頭部MRI、MRAに加えて、頸部血管の評価を強化しました。希望者には認知機能の評価も致します。心臓は心臓超音波検査のほか、動脈硬化の評価などを加えて詳細に評価できるように致しました。発見が難しい膵臓がんの早期発見を目指した検査も始めます。以前から肝障害を指摘された方には、肝臓オプションでより細かい評価を加えてコメント致します。また生活習慣病が見つかった場合には、積極的に介入し、個々の方に合わせたきめ細かい栄養指導を行います。歯科口腔衛生は全身疾患と密接な関連があることが分かっており、歯科口腔検診も充実させます。こうした評価の充実により、受診者の皆様に満足して頂けるものと自負しております。

さらには、日本の誇る医療技術を広く海外から来日された方々に提供することも私たちの果たす責務といえましょう。当院の国際診療部とも連携し、外国人の方々にも円滑に利用して頂ける人間ドックセンターを目指し、英語や中国語などでも対応可能な体制と致します。

生まれ変わった「人間ドックセンター」に是非ご期待ください！

# 人間ドックセンターの詳細

## 人間ドックのご案内

平成28年5月から国立国際医療研究センター病院内に、健診専門施設として人間ドックセンターをリニューアルオープンすることとなりました。より多くの方が受診できるように広い専用スペースを設け、ほとんどの検査がセンター内で行えるようになります。

## 当院の人間ドックの特徴

前述の通り、わが国初の人間ドックは昭和29年当院の前身国立東京第一病院で始まりました。今まで通り長年の実績と経験に基づき、精度の高い人間ドックを目指すと同時に、より一層、健康チェックを希望される受診者の方々の様々なご要望にお応えできるようにして参ります。また、検査終了後、精密検査や治療が必要な場合には、専門医が迅速に対応するフォローアップ体制が充実しております。

## 人間ドックメニューのご紹介

### ・日帰りドック

お忙しい方のために半日で綿密な検査を行い、当日に結果説明まで行います。気になる自覚症状がある方は、オプションの追加が可能です。

### ・宿泊ドック

1泊2日コース：日帰りコースのメニューに糖負荷試験、胸部CT検査、大腸検査（X線または内視鏡検査）、さらに女性の場合は乳房健診（X線、超音波検査）などを加え、より精密に、かつ充実させたコースです。

2泊～4泊コース：心身のリフレッシュも兼ねて、ゆったりと検査を受けたいという方を対象にご用意したコースです。また、日頃気になる個所をご相談の上、ご希望に応じオプションメニューを加え検査致します。

## 人間ドックの内容（日帰り）

生活習慣の把握	医師による問診、診察、血液検査により肥満、糖尿病、脂質異常症、高尿酸血症などの生活習慣病の有無を調べ、これらの発症予防・治療のため、改善点を検索します。
心臓	心電図、胸部X線撮影、血圧測定により高血圧、不整脈、狭心症その他の心臓疾患について調べます。
肺	胸部X線撮影、肺機能検査により、肺癌、結核、肺気腫などの呼吸器疾患について調べます。
消化器	上部消化管検査、腹部超音波検査、血液検査、便検査により、食道・胃・十二指腸・肝臓・膵臓・胆のうなどについて、癌・潰瘍・ホリープの有無、肝機能障害、膵機能障害などの消化器疾患を調べます。
泌尿器	尿検査、血液検査、超音波検査により、腎臓や膀胱などの結石・感染の有無などの泌尿器疾患調べます。
眼	視力検査、眼底撮影、眼圧測定により、白内障・緑内障・眼底の血管変化などを調べます。
婦人科	内診、子宮頸部細胞診、超音波検査により、子宮癌や子宮筋腫などの婦人科疾患を調べます。
その他	聴力検査、肝炎ウィルス、梅毒などの感染症、血液型の検査を行います。

## 申し込み方法

- ・人間ドックはすべて予約制になっております。
- ・受診を希望される方は、お電話・FAX又は直接人間ドック予約受付にいらしていただきます。

## 申込み・お問い合わせ先

- ・国立研究開発法人 国立国際医療研究センター  
「人間ドック予約受付」
- ・予約専用電話・FAX：03-3202-8007
- ・予約受付時間：8：30～17：00(土・日・祝日は除く)

## メディカルシミュレーションセンター(スキルアップラボ)

今年の1月よりメディカルシミュレーションセンター(スキルアップラボ)が新しい場所で本格的に稼働を始めました。スキルアップラボでは、医療用のシミュレーターを各種、設置して臨床での手技・処置のトレーニングを行える体制を整えています。採血・点滴という基本的な手技から、内視鏡や腹腔鏡手術のような高度な技能まで対応が可能です。講義室を併設しているため、個人や少人数のトレーニングだけでなく、講習会を行うこともできます。現在、院内スタッフ向けのBLS(Basic Life Support)の講習会、リアルタイムエコー法による中心静脈カテーテル挿入の講習会などを定期的に行っています。今後は院外の医療スタッフ向けにも講習会を行っていく予定です。見学は歓迎しています。ご興味のある方は、[skillup@hosp.ncgm.go.jp](mailto:skillup@hosp.ncgm.go.jp)まで御連絡ください。







平成28年5月9日（月）より、人間ドックを一層充実させ、リニューアルオープンいたします。場所は、第2外来棟1階に移し30名まで受け入れ可能な設備を完備します。採血、レントゲン、心電図、腹部超音波、上部内視鏡、マンモグラフィー等は人間ドックセンター内で検査が完結し、待ち時間もほとんどなく皆様にご満足していただけるようなご案内となるよう日々準備しております。人間ドックのオプションメニューについては、新たに心臓・脾臓・肝臓ドック等が追加となり、既存の脳ドックには「頸部MRI・MRA、頸動脈超音波」、大腸ドックには「大腸CT」が追加され内容が更に充実したものとなっています。快適な空間で皆様安心して人間ドックが受けられるようスタッフ一同お待ちしております。



## 旬の味覚 うど

管理栄養士

佐野 真知子



うどは、晩秋～冬に出荷されるものを春うどといい、春に出荷されるものを春うどといいます。中でも旬といわれるのが3月から出荷される春うどです。水分含量が多く、栄養が豊富な植物とはいえませんが、血液の循環を良くし、疲労回復に効果的であるジテルペンアルデヒドなど有効成分を含んでいるのが特徴です。また、血圧上昇を抑えるカリウムも豊富に含まれています。

春うどはうどが持つ独特の香りが強く、柔らかい食味を特徴とします。今回紹介したきんぴらは柔らかい食味を楽しんでいただけるように皮を切り落としていますが、切り落とした皮もきんぴらに使用することができます。

暖かい日がだんだんと多くなってくるこの季節、うどのきんぴらを食べてより春を感じてみるのはいかがでしょうか。

— メニュー — うどのきんぴら

- 材料〇 2人分
- うど 80g
- 人参 40g
- さつまあげ (小) 1枚
- 酒 小さじ1
- みりん 小さじ1
- 砂糖 小さじ2
- 醤油 小さじ1
- 赤唐辛子 少々
- 塩 少々
- 白ごま 小さじ2
- ごま油 大さじ1/2



(1人当たり：エネルギー104kcal 塩分1.3g)

○作り方〇

- ①うどの皮を包丁で厚めに切り落とし、長さ4cmの薄切りにします。薄切りにしたウドを、酢水に5～6分つけてアク抜きをします。
- ②人参の皮を剥き、長さ4cmの薄切りに、さつま揚げは5mm～1cmの幅に切り、赤唐辛子は輪切りにします。
- ③フライパンにごま油を入れて強火で熱し、うど、人参を炒めます。
- ④しんなりしてきたら、さつま揚げと調味料を加え、水分を飛ばします。
- ⑤水気がほとんどなくなったら、白ごまを加えます。全体がよく混ぜたら完成です。

外来診療時間 8:30～17:15

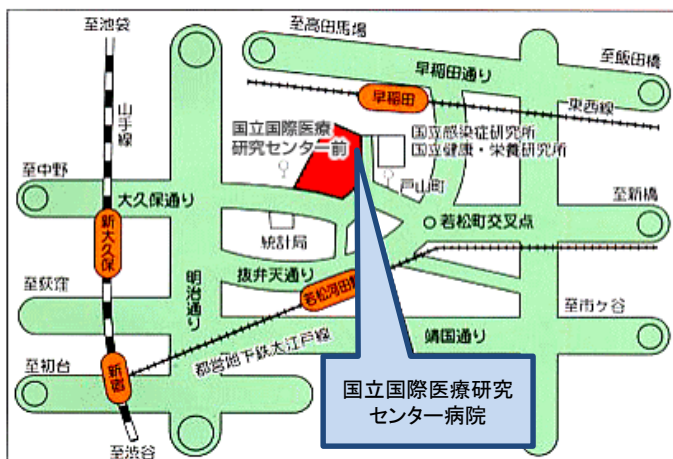
- ・初診受付 紹介状が無い場合 8:30～11:00
- 紹介状が有る場合 8:30～14:00

ただし、形成外科、産婦人科、神経内科、整形外科、精神科、リハビリテーション科の6科および結核(疑いも含む)については「11時までの受付」となっています。

・休診日 土・日・祝日・年末年始

アクセス

- ・都営地下鉄 大江戸線「若松河田駅」より徒歩5分
- ・東京メトロ 東西線「早稲田駅」2番出口より徒歩15分
- ・JR大久保駅又は新大久保駅より都営バス「新橋」行 国立国際医療研究センター前 下車
- ・新宿駅西口より都営バス「医療センター経由女子医大」行 国立国際医療研究センター前 下車



国立研究開発法人

国立国際医療研究センター病院

TEL 03-3202-7181 FAX 03-3207-1038 ホームページ <http://www.ncgm.go.jp/>

〒162-8655

東京都新宿区戸山1-21-1

