

春の訪れにあわせて、そろそろ皆さんのお手元に「市民健診のご案内」が届く頃となりました。去年の今頃は、ちょうど「新型コロナ」の話題で新聞もニュースも持ち切りで、「万が一、病院で新型コロナをもらったら大変」と受診を控える方も多くいらっしゃいました。「新型コロナ」と共存しながらの二度目の春、「自分の体の定期点検」へのお誘いです。

## 日頃からの健康づくりをいっしょに ~市民健診と「かかりつけ医」~

受けて安心していませんか？ 市民健診。  
大事なのは、〈結果と対策〉

定期的に健康診断を受けるひとは、増えてきています。それはとても大事なことです。でも、「受けて安心」していませんか？ または、郵送されてきた結果で

「正常か要注意か」だけをチェックして、あとの細かいことは面倒で、つつい読まずに…なんてこと、ありませんか？ その逆に、「気をつけましょう」と書かれていることが不安で、テレビや雑誌のいろんなアドバイスのどれを取っていいものか、悩んでしまう方もいらっしゃるのでは？

**富田町病院では、「健診外来」を開いています。**健康診断の結果用紙をご持参いただき、それを見ながら、医師が結果の丁寧な説明と、



今後気を付けるべきことについてのアドバイスをいたします。さらには、必要にあわせて「食事」や「お薬」について、管理栄養士や薬剤師がご相談にのることもできます。

元気なうちから、〈かかりつけ医〉を

「病院は具合の悪いときに行くところ」になりがちですが、年に一度の健康診断を同じ病院で受けることで、ぜひ、ご自分の体の基本情報を知ってほしいのです。ご自分が知るだけでなく、お医者さんに知っておいてもら



うことで、ちょっと具体が悪いとき、「いつもと何が違うのだろう」という比較ができるのは、とても大きなメリットです。

日常生活に定着してきた「手洗い」や「マスク着用」などの「新型コロナ対策」の土台となる「健康」を、いっしょにつくっていただけたらと思います。

なお、富田町病院の健診外来は、第2・4火曜日の午前中、予約なしで受けていただけます。健康診断の結果用紙（他院で受けたものでも可）をお持ちください。

〔富田町病院 副院長兼看護部長 永久教子〕

