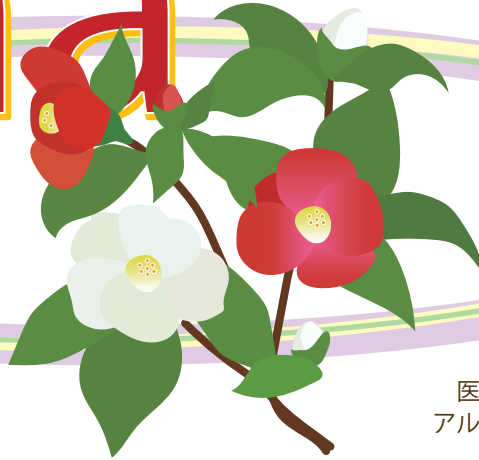


# Carna

アルシエクリニック  
広報誌 カルナ

1 January  
2021

No.6



医療法人社団哺育会  
アルシエクリニック発行



## 令和3年 年頭所感

アルシエクリニック 院長 坂本嗣郎

緊急事態宣言下で、健診事業をどのように運営していくかが本年度の課題であります。新型コロナウイルスの感染予防と健診の両立は相反するようにも見えますが、今こそ健康管理が重要であることを痛感します。当健診センターの構造を3密対策用に変更することは不可能です。日本人間ドック学会のガイドラインに沿った感染対策は積極的に実施していますが、マニュアルでカバーできない構造上の問題も残ります。受診者のご協力やご理解を得て、約1年新型コロナウイルス感染者を出すことなく運営してきました。しかし今後も感染は持続する可能性が高く、今以上の業務の見直しを行い受診者同士の接触回避や窓口業務の簡素化などによる対策を強化していきたいと考えています。

当クリニックで昨年から取り組んでいることですが、健診センターで内視鏡検査を受けた受診者の中で、慢性胃炎と診断され、ヘリコバクター・ピロリ菌の感染が疑われる方には、8階に開設しピロリ外来にて、診察とピロリ菌の検査、除菌治療を行っています。日本ヘリコバクター学会の認定医である私が診察と治療および慢性胃炎のフォローアップを担当し、

専任の保健師により保健指導まで行っています。日本人の胃がんを撲滅するためピロリ菌の除菌が保険適応となってからその効果が現れてきています。

さらに、健診で見つかる高血圧や、糖尿病、甲状腺疾患をもつ受診者には生活習慣病外来を開設し、専門医が診察にあたっています。従来の乳腺外来とともに診療内容を充実させていく予定です。

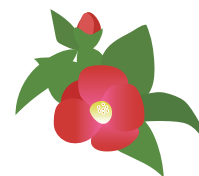
	月	火	水	木	金
午前	ピロリ 甲状腺	* 乳腺	ピロリ	* 乳腺	生活習慣病 甲状腺
午後		* 乳腺		* 乳腺	生活習慣病 甲状腺

診察は予約制となりますので、事前にご連絡ください。

予約用電話 **048-788-2489**

(電話対応時間 月～金曜日 8:30～16:30)

\* 乳腺外来は外来縮小に伴い、新規患者の受け入れを終了しております。あらかじめご了承ください。



ご存じですか？

# ヘルスリテラシー ③

「ヘルスリテラシー」とは、健康のための意思決定に必要な情報を入手、理解、評価、活用する力といわれています。

## 「より良い意思決定」について

皆さんは後悔をしたことがありますか？生活していると大なり小なりご経験があるのではないかと思います。その中でも健康に関する事は今後の人生に関係してくるものなので、できる限りご自身にとって良い選択をしたいものです。今回は「より良い意思決定」について一緒に考えていきましょう。

「より良い意思決定」において必要なポイントは7つとされています。

### ①意思決定が必要な問題を明確にする

→問題を明確にすることで、ご自身で決める意欲を高める。

### ②問題解決のための選択をすべて挙げる

→すべての選択肢をあげることで選択肢の可能性を潰さないようにする。

### ③選択肢を選ぶ基準を決める

→リストの選択肢を評価するために、それぞれの利点・欠点を挙げる。

### ④選んだ結果を想像する

→必ずうまくいくに違いないと思えるかどうか考える。



### ⑤情報提供方法による心理的効果を理解する

→同じ情報でもその数字の表し方等の違いで心理的な印象が違うため、必要な情報を正しく理解しているかチェックする。

### ⑥意思決定の支援を得る

→専門家の支援を受けることを選択肢に入れる。

### ⑦意思決定における葛藤やジレンマを解決する

→まずは情報や知識が不足していないか確認する。周囲からプレッシャー等がある場合は話し合うなどして、意思決定ができるよう葛藤やジレンマを解決する。

(中村和弘 健康を決める力 [https://www.healthliteracy.jp/kenkou/post\\_9.html](https://www.healthliteracy.jp/kenkou/post_9.html)) より

「より良い意思決定」を行うと、どんな結果になったとしても納得できるものになりやすく後悔が少ないといわれています。上記の7つは、健康に限らずその他の日常生活の意思決定においても活用できるポイントです。この機会に一度、「より良い意思決定」について振り返っていただき、少しでも満足度の高い生活を送っていただけるよう心より願っています。

## 当院でのコロナ感染予防対策について

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、当院では職員はもちろん、出入りする業者の検温・体調管理を継続しております。また昨年5月7日より健診当日の入室前に受診者への「コロナ問診」、マスク着用での健診、手指消毒の徹底をお願いしております。

皆さまのご理解ご協力があり、現在当院からの新型コロナウイルス感染者は出ておりません。今後も更なる厳重な感染対策に取り組み、安全な健診を実施すべく職員一同努力してまいります。

皆さまのご理解とご協力をお願い申し上げます。

## アルシエクリニック統計

2020年6月～12月平均

### ●各コース利用者数

人間ドック 825人/月

生活習慣病健診  
(特定健診含む) 1,405人/月

定期健康診断(法定) 1,448人/月

### ●年代別・要精密検査率(要治療含む)

30歳未満… 9% 50代 …… 36%

30代 …… 19% 60代 …… 39%

40代 …… 29% 70歳以上…41%

## 編集後記

新型コロナウイルス感染症により、亡くなられた全ての方のご冥福をお祈り申し上げますとともに、闘病中の方に心からのお見舞いを申し上げます。一日も早い終息をお祈りし、私たちは安全で信頼される高いクオリティの健診を提供できるよう取り組んでまいります。

医療法人社団 阿部会

アルシエクリニック

<http://www.archclinic.jp/>

〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町 2-1-1  
健診予約用 048-640-6561

