

つきよの

— FROM TSUKIYONO HOSPITAL —

未来の健康は、
今日のチェックから。



特集

人間ドックの大切さ

— 今号で取り上げる3つのテーマ —

• THEME 01

脂質異常症

健診結果でわかる、血管のサイン



• THEME 02

胃内視鏡検査

早期発見



• THEME 03

便潜血検査

早期発見で、
大切な命を守る



2026

7
July



★ ご自由にお持ち帰りください ★

人間ドックは、 なぜ大切？



自覚症状がないまま進む病気こそ、本当に怖いもの。

人間ドックは、生活習慣病やがんを

早期に見つけるための総合検査です。

ポイント

1

目的は「**病気の早期発見**」と「**リスクの把握**」

小さな異常を見逃さず、これからの体に必要な対策が見えてきます。



JAPAN'S TOP 3 CAUSES OF DEATH

日本人の主な死因 TOP 3

そのほとんどが、人間ドックで早期に発見できる病気です。

No. 1

**悪性
新生物**

(がん)



No. 2

心疾患

(心筋梗塞ほか)



No. 3

**脳血管
疾患**

(脳梗塞ほか)



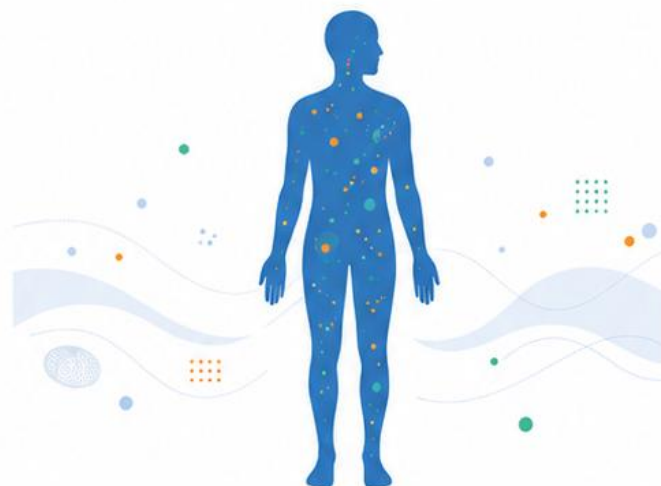
出典：厚生労働省「人口動態統計」

メッセージ

早期発見できれば、
多くは「治せる」「進行を止められる」病気です。

今号では、特に大切な「**脂質異常症**」と「**胃内視鏡検査**」を掘り下げてご紹介します。

症状がなくても、 受ける意味



「元気だから大丈夫」—その自信は、
実は**いちばんのリスク**かもしれません。
多くの病気は **気づかぬうちに進行** します。

4 STAGES OF SILENT PROGRESSION

自覚症状が出るまでの **4つの段階**

STEP
1

体の中で、小さな変化が始まる

血圧・血糖・コレステロールが少しずつ動き始めます。
本人はまだ気づきません。



STEP
2

血管や臓器に、少しずつダメージ

動脈硬化や臓器の異常が静かに進行。それでも、
不調を感じることはほとんどありません。



STEP
3

健診の数値に、ようやく異常が表れる

この段階で気づければ、生活改善や治療で
十分間に合う ことが多くあります。



STEP
4

症状として現れた時には、すでに重症

胸の痛みや脱力など、はっきりした症状が出てからでは、
治療の選択肢が限られてしまいます。

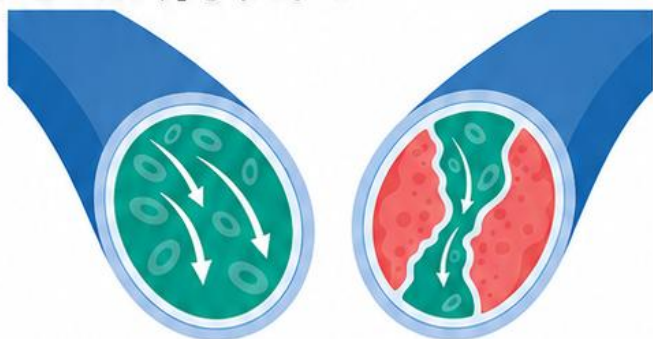
◆ 大切なこと

人間ドックは、**STEP 1~3** のうちに
「気づくため」の検査です。



脂質異常症って、どんな病気？

血液中のコレステロールや中性脂肪のバランスが崩れた状態。
自覚症状はほとんどなく、放っておくと
血管を静かに傷つけていきます。



— 3 NUMBERS TO CHECK

健診結果でチェックしたい**3つの数値**

CHECK 01

LDL

悪玉コレステロール

140 mg/dL

以上で注意

血管の内側に溜まりやすい指標

CHECK 02

HDL

善玉コレステロール

40 mg/dL

未満で注意

余分な脂を回収する役割です

CHECK 03

TG

中性脂肪

150 mg/dL

以上で注意

食事や運動で増えやすい指標

基準値：日本動脈硬化学会「動脈硬化性疾患予防ガイドライン」

— WHAT HAPPENS IN YOUR BLOOD VESSELS

血管の中で起きていること

NORMAL

健康な血管



血液がなめらかに流れ、
酸素や栄養がスムーズに届きます。

WARNING

脂質がたまった血管



血管が狭まり、詰まりやすく。
動脈硬化が進行します。

✓ CHECK POINT

脂質異常症は、自覚症状ゼロで進む病気。
毎年の健診こそ、いちばんの「見張り役」です。

放置すると、どうなる？

気づかぬまま脂質値が高い状態が続くと、血管の中で**次のような変化**が進みます。



PHASE

1

動脈硬化が進行

血管が硬く、もろくなります。まだ自覚症状はありません。

無症状で進行



PHASE

2

重大な病気として現れる

心臓で起きると

心筋梗塞

心臓の血管が詰まり、
命に関わります。

脳で起きると

脳梗塞

脳の血管が詰まり、
後遺症が残ることも。



PHASE

3

— FINAL RISK

介護が必要になるリスクが高まる

後遺症が残ると、日常生活で人の手が必要になることも。
ご家族にとっても大きな負担になります。

出典：日本動脈硬化学会ガイドライン、厚生労働省「国民生活基礎調査」

— KEY MESSAGE

血管の変化は、**年単位**でゆっくり進みます。
数値の段階で気づくことが、何よりの予防になります。



健診結果の「色」、見ていますか？

健診結果は、「信号機」のように読むのがおすすめ。判定の意味を知れば、次に何をすべきかが見えてきます。



A

異常なし

判定区分：A（緑）

いまの暮らしを、つづけて◎

数値は基準内。油断は禁物。ペースを変えずに、健康を維持しましょう。



B~C

要観察

判定区分：B~C（黄・オレンジ）

少し気をつけたいサイン

食事・運動・睡眠を見直すタイミング。今のうちから、生活の工夫をこころがけましょう。



D~E

要治療

判定区分：D~E（赤）

医療機関で、詳しい検査を

早めが大切で、重い病気を未然に防げます。「忙しいから」と後回しにしないことが大切です。



✓ 受けたあとも大切です

結果のことで不安があれば、**判定前相談**までお気軽にご相談ください。

専門医がサポートします。あなたのこれからの健やかさを応援します。



胃の状態を直接確認 できる検査です



胃内視鏡検査（胃カメラ）は、先端にカメラのついた細い管を口や鼻から挿入し、食道・胃・十二指腸の粘膜を直接観察する検査です。

1 検査の流れ EXAMINATION FLOW

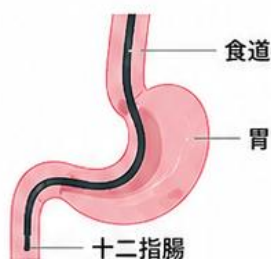
1 スコープを挿入

鼻または口から細いスコープ（内視鏡）をやさしく挿入します。



2 粘膜を観察

食道・胃・十二指腸の粘膜をていねいに観察します。



3 モニターで確認

粘膜の状態をリアルタイムの映像で確認します。



2 2つの方法から選べます（当院のおすすめ：経鼻）

2 ROUTES TO CHOOSE

おすすめ！ 経鼻（けいび）

鼻から細いカメラ（約5.9mm）を挿入します。

- ☑ 吐き気が少なく、楽に受けられます
- ☑ 会話もできて、検査後すぐに飲食も可能
- ☑ 負担が少なく快適！



経口（けいこう）

口からカメラを挿入します。

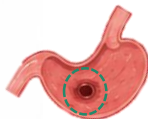
- 鎮静剤の使用も可能です
- ご希望に応じて選択できます



3 見つけれられる主な病気 DETECTABLE DISEASES



早期がん



胃潰瘍



慢性胃炎

4 安心のポイント3つ 3 REASONS TO TRUST

01 短時間で完了

観察時間は5～10分程度

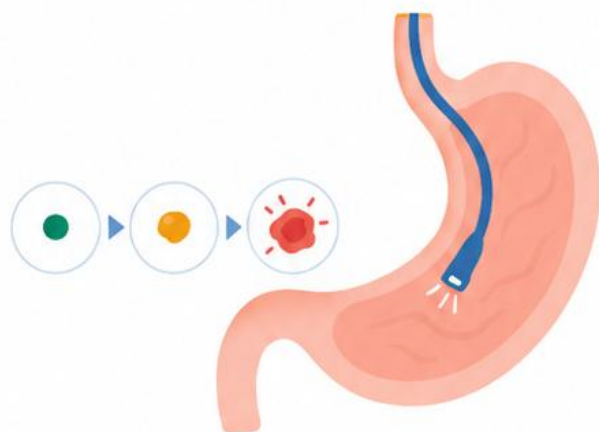
02 鎮静剤対応可

苦痛を抑えた検査が可能

03 専門医対応

経験豊富な専門医が検査

胃の病気も、 無症状から始まる



胃がんは、初期にはほとんど症状がありません。
多くは**次の4段階**が少しずつ進んでいきます。

STAGE 01

ピロリ菌や慢性炎症

胃の粘膜が荒れています。
自覚症状はほぼありません。

STAGE 02

萎縮性胃炎

胃の粘膜が薄く、弱くなります。
胃がんの土壌になりうる状態です。

STAGE 03

早期胃がん

小さな病変ができはじめます。
この段階で見つければ、
約9割が治ります。

STAGE 04

進行胃がん

食欲不振や体重減少などの症状が出始め、
治療の選択肢が限られてきます。

出典：日本消化器病学会／国立がん研究センター

FACT

早期発見ができれば、
多くの命が救えます。

早期胃がんの5年生存率

約 **95** %

KEY MESSAGE

症状が出るのを、**待たないでください。**

「胃カメラ」は、気づく前に気づくための、いちばん確実な方法です。



40歳を過ぎたら 便潜血検査 を受けましょう！

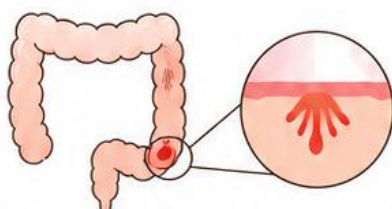


自覚症状がなくても検査が大切です！

早期発見で、大切な命を守ります

便潜血検査とは？

便に血液が混じっていないかを調べる検査です。



大腸の粘膜からの出血を見つけます

なぜ40歳以上の方に大切なの？

- ✓ 大腸がんは、40歳を過ぎると増え始めます。
- ✓ 日本では、大腸がんががんによる死亡原因の上位です。
- ✓ 早期の大腸がんは自覚症状がほとんどありません。
- ✓ 症状が出る前を見つけることが、早期治療につながります。

大腸がんの年齢別罹患率 (人口10万人あたり)



出典：国立がん研究センター がん情報サービス「がん登録・統計」

便潜血検査のメリット



自宅で
できます



痛みは
ありません



費用が
安く済みます



早期発見・
早期治療で
命を守れます

検査の方法 (とても簡単です！)

1 キットを受け取る



医療機関や
健診で受け取ります。

2 便を採る



専用の棒で
便の表面を
軽くこすります。

※便の一部で大丈夫です

3 容器に入れる



採った棒を
容器に入れて
フタをします。

4 提出する



指定された方法で
医療機関に
提出します。

5 結果を確認



後日、結果の説明を
受けます。

結果について

陰性 (異常なし) の場合

定期的に検査を
続けましょう。



陽性 (要精密検査) の場合

必ず医療機関を受診し、
詳しい検査 (大腸内視鏡検査
など) を受けましょう。



受診後こそ、これからの暮らしを大切に

人間ドックは、「受けた後」からが本番です。結果を毎日の暮らしに反映することで、これからも自分らしく、健やかな日々を重ねていきます。



— CHANGE THE NEXT YEAR — 4 STEPS

これからの1年を整える、4ステップ

STEP 1

01

受診

人間ドックを毎年のリズムに。



STEP 2

02

結果確認

数値の意味を正しく知る。



STEP 3

03

生活改善

食事・運動・睡眠を見直す。



STEP 4

04

健康維持

毎日をいきいきと自分らしく。



— 3 SMALL HABITS TO START TODAY

今日から始められる、3つの小さな習慣

01

バランス食

いろいろな食材を、腹八分目で楽しみましょう。



02

毎日少しの運動

10分の散歩や家事など、無理なく体を動かしましょう。



03

十分な睡眠

寝る前はリラックスして、ぐっすり眠りましょう。



FROM US

結果に応じた具体的な生活指導も、
月夜野病院で継続してサポートいたします。



検査の流れについて

1 検査当日

当日は予約時間までにご来院し、受付へ保険証・診察券等のご提示をお願いします。



2 検査・診察

当日の流れを説明し、その後、各種検査や診察を受けていただきます。



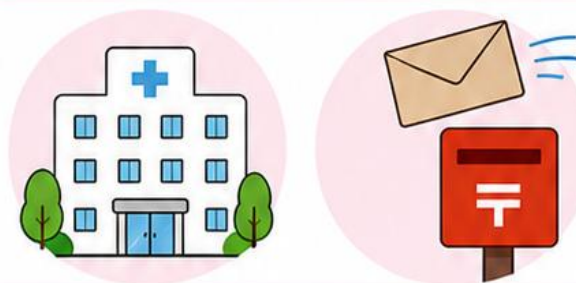
3 お会計

検査が終わりましたら、会計にて自己負担分をお支払ください。自己負担額や補助金については、ご加入の健康保険へお問い合わせください。



4 結果報告

専門医による判定の後、2～3週間前後で結果を郵送いたします。お急ぎの場合は受診時にご相談ください。



ご不明な点がございましたら、スタッフまでお気軽におたずねください。



地域に寄り添う
医療と介護

チーム医療で
患者さんを支えます



在宅医療で
地域を支えます



地域を支える
医療・福祉を目指して

チーム医療で患者さんを支えます
在宅医療で地域を支えます

パテラ会グループ・三国塩原会は、
医療・介護の連携により、
地域の皆さまの安心で豊かな暮らしを
支えてまいります。



パテラ会グループ

- 月夜野病院
- 月夜野病院総合介護センター
- 介護老人保健施設 りんどうの里
- 住宅型有料老人ホーム みつみね
- 住宅型有料老人ホーム 花水月



社会福祉法人 三国塩原会

- 特別養護老人ホーム 西嶺の郷
- 地域密着型特別養護老人ホーム 中山の郷

お問い合わせ

〒379-1308 群馬県利根郡みなかみ町真庭316
TEL.0278-62-2011(代表)

各施設の詳細はこちら
(パテラ会グループ公式サイト)



外来診療案内

(令和8年7月現在)

		月	火	水	木	金	土
午前	外科 消化器外科 肛門外科	櫻井	櫻井	櫻井	櫻井	櫻井	
	整形外科	森本	齊藤	長谷川	横尾(冠)	早坂	第1週 玉木 第2週 玉木 第3週 長谷川 第4週 俣田 第5週 玉木
	内分泌 糖尿病内科	下田	岡田	下田	澁澤	横尾(直)	第1,3,5週 下田 第2,4週 吉野
	循環器内科		林	林			林
	内科	武井					
	神経内科				酒井		
	脳神経外科					浅井 天野 (不定期)	
	皮膚科						
	内視鏡検査	山田(美)	市岡/沼賀	武井 <small>山田(卓) 第3週</small>	武井 <small>山田(美) 第3週</small>	櫻井	
午後	外科系	山田(美)	齊藤	長谷川 <small>山田(卓) 第3週</small>	横尾(冠) <small>山田(美) 第3週</small>	早坂	
	内科系	林	武井	下田	松島	松島	
	専門外来				酒井 神経内科 (予約制)		
	内視鏡検査	山田(美)	武井	武井 <small>山田(卓) 第3週</small>	武井 <small>山田(美) 第3週</small>	櫻井	

※外科系の午後の外来は、手術により代診になる可能性があります。
ご了承ください。

受付時間	
午前	8時30分～11時30分
午後	13時30分～16時30分

休診日	
○	土曜午後
○	日曜・祝日
○	12/29～1/3

診療時間	
午前	9時～12時
午後	14時～17時