

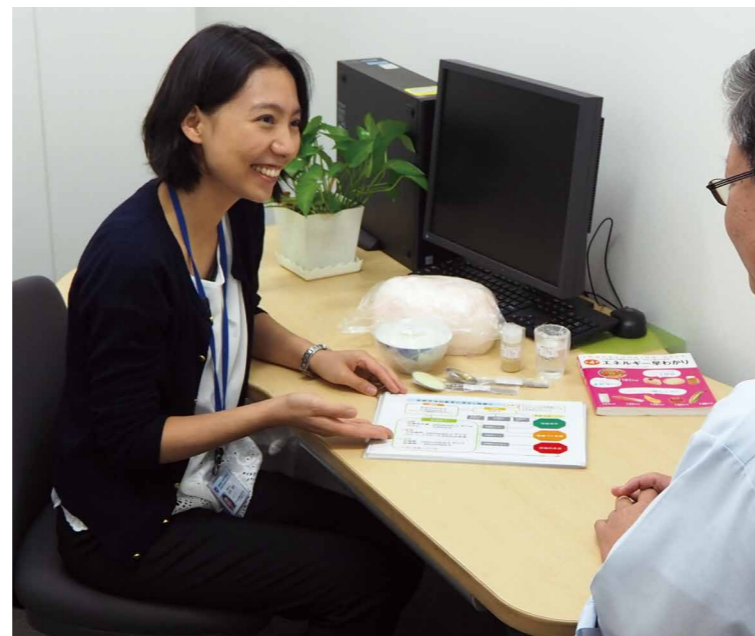
◎健康づくりコース

コース名	内容	所要時間
体力アップコース	<ul style="list-style-type: none"> エルゴメーターによる最大酸素摂取量測定(間接法) 体力レベル診断 運動相談 	約30分
スマートライフコース	<ul style="list-style-type: none"> 腹部CT法内臓脂肪検査 食事診断 栄養相談 	約20〜30分
骨コツアップコース	<ul style="list-style-type: none"> 骨密度 食事診断 栄養相談 	約20〜30分

Q3 オプションの健康づくりコースとはどういうものですか?

A 人間ドックは基本項目にオプション検査を組み合わせることで、一人ひとりにぴったりの「私だけの人間ドック」を作ることが可能です。

健康づくりコースは、検査と管理栄養士、または健康運動指導士による個別相談を組み合わせたコースです。「体力アップ」「スマートライフ」「骨コツアップ」の3つからお選びいただけます(左図)。



Q4 結果はいつ頃わかりますか?

A 本会の人間ドックでは、受診当日の最後に、その時点までに判明している健診データに基づき、医師による診察と説明、保健師による保健相談を行っています。

その後、専門医による画像診断※などを経て、2〜3週間ほどで最終的な結果票を郵送します。

※ 複数の医師による二重読影

Q5 結果が「要精密検査」だった場合はどうしたらいいですか?

A 人間ドックの結果、「要精密検査」となった項目は、さらに詳しい検査や受診が必要です。なるべく早めにご受診ください。

本会保健会館クリニックの専門外来もご案内できますので、どうぞご利用ください。

Q6 人間ドックの予約を取りたいのですが。

ご予約電話 ☎ 0120-128-177

携帯電話からは ☎ 03-3269-2190

(受付時間/月〜金 9:00〜17:00)

▼インターネット予約

東京 予防医学 🔍 検索

<https://www.yobouigaku-tokyo.or.jp>

なお、インターネットからお申し込みができない場合には、お気軽にお電話でご相談ください。



疑問、ご意見

よくある質問にスタッフがお答えします



今回のテーマ 人間ドック その2

本会に寄せられる疑問や質問にお答えしながら、皆さまの健康づくりを後押しするシリーズ。今回のテーマは「人間ドック その2」です。

Q2 人間ドックの特徴を教えてください。

A 人間ドックは健康診断の検査項目にがん検診などを加えた形で、より多くの項目でより詳しく検査を行います。

本会の人間ドックでは、基本項目に胸部CT検査を組み込んでいるのが特徴です。また、受診者全員への個別の保健相談の実施や、管理栄養士が考案したお弁当の提供、さらに昼食時にはお弁当に関する講話や食事相談なども行っています。



今年度のお弁当のテーマは「眠り方改革——食事で見直す睡眠の『質』」。主菜には鶏肉サラダとメヌケのウニソース焼きの2種類を揃え、野菜もたっぷり(220g)添えて、食べ応えのある献立です。1食当たりの栄養価はエネルギー652kcal、カロリー、食塩相当量3.5gとなっています。

Q1 人間ドックの予約から結果を受け取るまでの流れと当日の終了時間を教えてください。

A 本会の人間ドックの流れ(お申し込みから結果まで)は下図の通りです。

ご予約いただいた受付時間(8時半または9時)から順次検査を開始します。終了時間は、開始時間やオプション検査の有無などによって異なりますが、早い方で11時過ぎ、遅い方で13時30分頃には終了します。

◎人間ドックの流れ

申し込み前日	項目	内容
▶	予約受付	お電話かインターネットで承ります
▶	資料送付	問診票、受診票、検査キットなどを送付します
▶	採便	2日分の便を採取します(受診日を含めて7日前から採取可能です)※1
▶	問診表記入	予め問診票にご記入ください
▶	食事制限	前日の夕食は21時頃までにお済ませください※1

※1 検査の内容によって異なる場合があります。

当日	時間	項目	内容
朝	▶	採尿	起床後、尿を採取します
①8:30~ ②9:00~	▶	受付後、検査開始	(基本検査項目) 問診、身体測定、血液検査、聴力検査、尿検査、便検査、胃部X線、心電図、腹部超音波、胸部CT検査など (オプション検査項目) 脳チェック、頸動脈エコー、骨密度、子宮がん・乳がん検診など (オプションコース) セットコース、健康づくりコース
10:15~	▶	昼食	管理栄養士プロデュースの「彩食健美膳」をご提供します
11:00~	▶	医師の診察と説明	診察と検診結果に基づき医師が説明します
11:00~	▶	保健相談	保健師による個別の保健相談を行います
11:30~	▶	終了※2	お疲れさまでした!

※2 オプション検査の内容などによって検査等の順番が前後することがあります。ご了承ください

2〜3週間後 ▶ 結果票送付