

# ミズナラ



写真／新城仙台山の三本ナラ  
(豊岡町251番地)  
芦別市の指定文化財で、推定樹齢い  
ずれも442年以上のミズナラ巨樹3本。  
敷地内には昭和2年建立の水神碑があ  
る。

〒075-8501 北海道芦別市本町14番地 TEL0124-22-2701

## プチ健診始めました

市立芦別病院では、予約不要、保険証不要で  
検査できる「プチ健診」を6月から開始しまし  
た。

「プチ健診」で、気になる検査項目を気軽に  
調べてみませんか。

検査結果は約1週間後にご自宅に郵送します。

こんな方にオススメです！

- 健康診断を受けていないので不安
- 最近、ちょっぴり太ってきた
- 次の健康診断まで待てない
- 付き添いで来たついでに
- お見舞いに来たついでに



【受付時間】月曜～金曜日（祝日を除く）午前9時30分～11時30分

### ●検査のすすめ方



検査メニュー		料金
① 血糖が気になる方	(血糖、ヘモグロビンA1c)	500円
② コレステロールが気になる方	(総コレステロール、中性脂肪、 HDL-コレステロール、LDL-コレステロール)	500円
③ 肝臓が気になる方	(AST、ALT、γ-GTP、AFP)	1,000円
④ おすすめセット	(①+②+③でさらにお得)	1,500円
⑤ 甲状腺が気になる方	(TSH、FT3、FT4)	2,000円
⑥ 痛風が気になる方	(尿酸)	300円
⑦ 貧血が気になる方	(赤血球数、白血球数、Ht、Hb、血小板数)	500円
⑧ おしっこ(尿)が気になる方	(尿たん白、尿糖、尿潜血)	300円

【お問い合わせ】市立芦別病院事務局医事係／電話 22-2701 内線123

# プチ健診の検査ではこんなことがわかります

検査項目名	どんな検査？	検査結果からチェックしたい病気	
血糖	血液中のブドウ糖の量を測る検査です。通常、食事などで血糖値が上がると、すい臓からインスリンが分泌され、血糖を下げる働きをします。糖尿病ではインスリンの量が少なくなったり、作用が低下するため、血糖値が下がらなくなります。食事の影響を受けやすく、食後は値が高くなります。	高値	糖尿病、急性すい炎、すい臓がん、甲状腺機能亢進症など
		低値	高インスリン血症、インスリノーマ
ヘモグロビンA1c (NGSP値)	赤血球の中に含まれるヘモグロビンの大部分(97%)を占めるヘモグロビンAは、赤血球ができてから壊れるまでの約120日間、血流中を循環します。この間に血液中のグルコースと結合したヘモグロビンAを、ヘモグロビンA1cと言います。食事の影響を受けずに、最近1~2ヶ月の平均的な血糖の状態を反映します。	高値	糖尿病、腎不全など
		低値	赤血球の寿命の短縮(失血、溶血、悪性貧血)、肝硬変、持続的な低血糖(インスリノーマ)など
総コレステロール	血液中に含まれるコレステロールの量を測る検査です。コレステロールは、体の細胞やホルモンを作るのに必要ですが、増えすぎると動脈の内側に沈着して動脈硬化を進行させます。食事の影響を受けにくく、食後も値はあまり変動しません。	高値	動脈硬化症、脂質代謝異常、脂質異常、甲状腺機能低下症、ネフローゼ
		低値	脂質異常、甲状腺機能亢進症、栄養障害、肝炎、肝硬変など
中性脂肪	血液中に含まれる中性脂肪の量を測る検査です。中性脂肪は、おもにからだを動かすエネルギーとして利用される脂肪の一種です。食べ過ぎや飲み過ぎなどで、必要以上に多くなると蓄積され、肥満や脂肪肝を招きます。また、血中の中性脂肪が増えると、善玉であるHDLコレステロールを減少させ動脈硬化を促進します。食事の影響を受けやすく、食後は値が高くなります。	高値	動脈硬化症、脂質代謝異常、糖尿病、肥満症、脂肪肝、甲状腺機能低下症など
		低値	肝疾患、甲状腺機能亢進症など
HDLコレステロール	血液中のHDLコレステロールの量を測る検査です。HDLコレステロールは血管壁に付着した余分なコレステロールを回収して肝臓に運び、排泄・処理をさせる役割があり、動脈硬化を予防する働きがあることから、「善玉コレステロール」とも呼ばれます。食事の影響を受けにくく、食後も値はあまり変動しません。	高値	コレステロールエステル転送蛋白(CETP)欠損症、肝性リパーゼ欠損症、長期多量飲酒など
		低値	高脂血症、動脈硬化症、脂質代謝異常、糖尿病、肥満症、肝疾患、脂質異常症など
LDLコレステロール	血液中のLDLコレステロールの量を測る検査です。LDLコレステロールは肝臓で生成されたコレステロールを全身に運搬する役割がありますが、血液中に増えすぎると血管壁にコレステロールがたまり、動脈硬化の直接の原因となることから、「悪玉コレステロール」とも呼ばれます。食事の影響を受けにくく、食後も値はあまり変動しません。	高値	動脈硬化症、脂質異常、甲状腺機能低下症など
		低値	肝疾患、甲状腺機能亢進症など
AST	血液中のASTという酵素の数値を調べる検査です。心筋や骨格筋の細胞、肝細胞に多く含まれ、細胞が壊されると血液中の値が上昇します。	異常値の場合、ASTとALTの数値を比較する事で病気を推定できます。 ASTのみ高値：心筋梗塞、多発性筋炎、溶血性貧血など	
ALT	血液中のALTという酵素の数値を調べる検査です。ほとんどが肝細胞に含まれ、細胞が壊されると血液中の値が上昇します。	ALT<AST：急性、慢性肝炎、脂肪肝など AST<ALT：肝硬変、肝臓がん、アルコール性肝障害など	
γ-GTP	主に肝臓や腎臓、すい臓に含まれ、肝臓の解毒作用に関係しているγ-GTPという酵素を調べる検査です。過度の飲酒により特に数値が上昇するという特徴があるため、アルコール性肝障害の診断に用いられます。また、長期間の向精神薬の服用や、胆汁の流れが悪くなる閉塞性黄疸でも検査値が高くなる事があります。	高値	アルコール性肝障害、慢性肝炎、肝硬変、薬物性肝障害、閉塞性黄疸、急性すい炎など
AFP	AFPとは、胎児の血清中にみられるタンパクの一種で、出生後は消失しますが肝臓がんになると増加します。ASTやALTなどの血液生化学検査とともに測定され、肝臓がんのスクリーニング(ふるいわけ)検査として用いられます。しかし、肝臓がんでもAFPが陽性にならないものもあります。	高値	肝臓がん。肝硬変や肝炎(劇症肝炎や慢性肝炎憎悪期)で、肝細胞の壊死が強いときはAFPは陽性になることがあります。

検査項目名	どんな検査？	検査結果からチェックしたい病気	
T S H	TSHの量を調べる検査です。TSHは甲状腺を刺激する目的で脳下垂体から分泌されます。甲状腺ホルモンが多いときは分泌量を減らし、甲状腺ホルモンの分泌量を下げよう働き、逆に甲状腺ホルモンが少ないときは、分泌量が増え、甲状腺ホルモンを増やすように働いて甲状腺ホルモンの分泌量をコントロールしています。	高値	甲状腺機能低下症、TSH産生腫瘍など
		低値	甲状腺機能亢進症
FT3	甲状腺ホルモンの状態を調べる検査です。甲状腺ホルモンは、エネルギー代謝を調節し、細胞の新陳代謝を促進したり、心身の活動を活発にする働きがあります。過不足があると体にさまざまな障害が現れます。	高値	甲状腺機能亢進症、亜急性甲状腺炎、無痛性甲状腺炎、甲状腺腫瘍など
FT4		低値	甲状腺機能低下症、肝硬変、腎不全、低たんぱく症など
尿酸	尿酸は細胞の成分のプリン体から分解された老廃物です。通常は尿中に排泄されますが、腎機能が低下したりプリン体を多く含む食品を取り過ぎたりすると、血液中の濃度が高くなります。これを高尿酸血症といい、この状態が続くと結晶化してガラスの破片のようになり、関節に溜まって激痛と赤い腫れを伴う痛風発作を引き起こします。	高値	高尿酸血症、痛風、腎不全、白血病など
赤血球数	血液に含まれる赤血球の数を調べる検査です。不足すると貧血を起こします。	高値	多血症（血液が流れにくくなり、血管が詰まりやすくなる病気）
		低値	貧血（鉄欠乏性貧血、悪性貧血、再生不良性貧血など）
白血球数	白血球は、体内に侵入してくるウイルスや細菌などの病原体を攻撃する働きがあります。白血球が増えている場合は、体内のどこかに炎症が起こったり、細菌が入り込んで病気が起きていることを示しています。逆に減っている場合は、ウイルスの感染や貧血などが疑われます。白血病では、異常のある白血球の数が大幅に増えるので、その白血球の種類を調べる必要があります。	高値	虫垂炎、肺炎、胆のう炎、すい炎、腎盂腎炎、心筋梗塞、がん、白血病など
		低値	ウイルス性感染症、膠原病、悪性貧血、再生不良性貧血、がん治療の副作用など
H t	血液中に含まれる赤血球の割合を調べる検査です。ヘマトクリット値が低値の場合は、貧血が疑われます。	高値	多血症（血液が流れにくくなり、血管が詰まりやすくなる病気）
H b	ヘモグロビンは、赤血球に含まれるタンパクの一種で、体中の組織に酸素を運びます。少ないと貧血になります。血色素ともいわれ、血の赤さのもととなっており、貧血になると青白くなり顔色が悪くなるのは、このヘモグロビンが不足するために起こります。	低値	貧血（鉄欠乏性貧血、悪性貧血、再生不良性貧血など）
血小板数	血液中の血小板の数を調べる検査です。血小板には血液を固めて出血を止める重要な働きがあり、数が少なくなったり機能が低下したりすると、出血しやすくなったり血が止まりにくくなったりします。	高値	血小板血症、鉄欠乏性貧血、慢性骨髄性白血病、多血症、感染症など
		低値	突発性血小板減少性紫斑病、肝硬変、急性白血病、ウイルス感染、薬剤の副作用など
尿たん白	健康な場合でも少量のたんぱく質が尿に出る場合がありますが、腎臓に障害が起きると尿にもれ出すたんぱく質の量が増えます。たんぱくが正常以上に増えていないか調べる検査です。	陽性	糸球体腎炎、膀胱炎、ネフローゼなど
尿糖	尿中に糖が出ているかどうか調べる検査です。血糖が一定以上に高くなると尿に糖がもれ出てきます。陽性の場合、糖尿病が疑われます。	陽性	糖尿病、腎性糖尿病
尿潜血	尿中に血液が混じっていないかを調べる検査です。健康な場合でも激しいスポーツの後や、長時間寒いなかでいた場合などに陽性になる場合があります。また、女性の場合、月経中では尿に血液が混ざりやすいため、検査前に伝えておく必要があります。	陽性	糸球体腎炎、膀胱炎、尿道炎、腎盂腎炎、尿路結石、尿路腫瘍など

○プチ健診は、健康状態を示す現在の数値をお知らせするものです。結果が基準値を外れていた場合、あるいは何らかの症状を認める場合は、自己判断せずに医療機関への受診をお勧めいたします。また、病気の早期発見のため、年1回の定期的な検査をお勧めします。

## 看護師就業支援金貸与制度のご案内

市立芦別病院では、看護師免許を持っている方で当院に看護師（正職員）として従事することが決定している方に対して、就業支援金を貸与する制度を設けています。

### ☆就業支援金の額

- ①従事のために市外から転入し、又は従事決定後1月以内に転入している方：30万円以内
- ②従事が決定した時点で市内に居住している方及び市外での居住を継続する方：10万円以内

### ☆就業支援金の返還免除

当院において看護師の業務に従事を開始した日以後3年を経過した場合は、就業支援金の返還が免除になります。

### ☆貸与の対象とならない方

- ①当院以外の市内の医療機関等において看護師として従事し、その医療機関等を退職して1年以内の方
- ②過去に当院の看護師修学資金の貸与を受けている方
- ③既に就業支援金の貸与を受けている方
- ④市税に滞納のある方



【お問い合わせ】市立芦別病院事務局総務係／電話 22-2701 内線211

## 病院ボランティアを募集しています



市立芦別病院では、院内でボランティア活動をしていただける方を募集しています。

- ◎応募条件／18歳以上の健康な方。やさしさと笑顔があれば十分です。
- ◎活動内容／来院された患者さんやご家族への案内、説明、介添えなど。また、裁縫が得意な方は患者さんが使用する用具の作成など。
- ◎活動日時／月曜日から金曜日。午前8時30分から午前11時30分までの間で可能な曜日と時間
- ◎活動場所／院内（主に外来フロア）

【お問い合わせ】市立芦別病院看護部／電話 22-2701 内線204

市立芦別病院ホームページもご覧ください。

●病院ホームページ アドレス

[http://www.city.ashibetsu.hokkaido.jp/byoin\\_jimukyoku/ashibetsu\\_hospital/index.html](http://www.city.ashibetsu.hokkaido.jp/byoin_jimukyoku/ashibetsu_hospital/index.html)

◎院内広報紙「ミズナラ」は、院内各所に掲示し、病院ホームページに掲載しているほか、白黒で両面印刷したものを病院1階ロビーに用意していますので、ご来院の際、ご自由にお持ち帰りください。

