



vol.28  
2024.4

ご自由にお持ち下さい

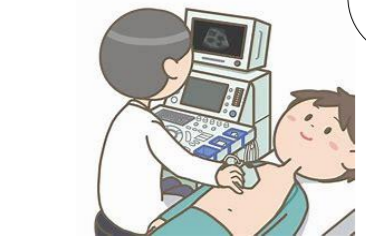
## 高精度の検査で安心の健診を！

当院では、正確な健診データを受診者様にお届けするため継続的な精度管理を実施しています。

定期的な機器メーカーによるメンテナンスを実施



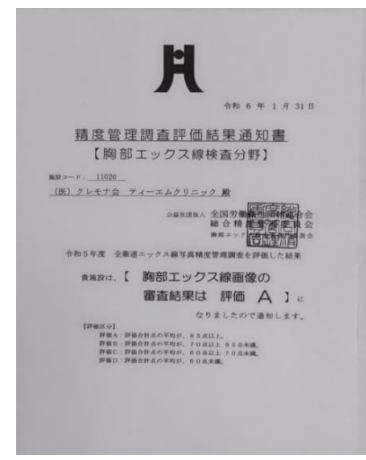
自動分析装置から出力される結果の正確性や、同一検体を繰り返し測定し結果に変化がないこと（再現性）を毎日確認してから検査を実施しています。毎年、日本医師会や日本臨床検査学会の精度管理に参加しています。



レントゲンや超音波検査等の画像の精度管理として、全国労働衛生団体連合や日本臨床検査技師会等の外部精度管理に毎年参加し、誰が撮影しても同じような画像が出せるように撮影条件等の設定変更を行い、撮影技術の向上や診断しやすい画像を提供するため日々技術を磨いています。



**【診療放射線部門より一言】**  
全衛連精度管理胸部撮影において、A認定を取得いたしました。今後も受診者様が安心して受診していただけるよう日々精進してまいります。



2024年4月1日発行  
発行元 医療法人クレモナ会  
ティーエムクリニック  
広報委員会

### 旬の食材を使ってみよう！ 短時間でできるスイーツレシピを紹介します。

#### ピストロくれもな

#### イチゴの豆乳プリン

**材料(1人分)**

A	いちご	30g
	砂糖	5g
	豆乳	70ml
B	ゼラチン	1g
	水	5ml

1人分 60kcal

**作り方**

- ゼラチンを水でふやかす(約20分)。
- ミキサーでAをよく混ぜる。
- ふやかしたBを電子レンジで20秒くらい加熱しミキサーでAと混ぜる。
- 容器に移して冷やしたら完成。

いちごには**ビタミンC**が豊富に含まれており、6~7粒食べるだけで1日に必要なビタミンCを補うことができます。また、鉄の吸収を助ける働きがあるため、鉄が豊富な食材と一緒に食べると貧血予防の効果も期待できます。そのほかに赤ちゃんの成長に必要な「**葉酸**」も多く含まれていますので、特に妊婦さんは積極的に摂取することをおすすめします。さらに、いちごは果糖が他の果物よりも非常に少ないため太りにくく、また**水溶性食物繊維**も含まれるため、血糖値が上がりにくいのも特徴です。美味しいだけでなく栄養も満点ないちご、食後のデザートにいかがでしょうか。  
当院管理栄養士 島崎

外来診療・人間ドック・健診のご案内								検診車による巡回診療のご案内	
内科・消化器科・循環器科・呼吸器科・禁煙外来・乳腺外科・内分泌代謝外来								生活習慣病予防検診・定期健康診断・特殊健診・特定健診・保健指導・がん検診	
診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	土	職域保健分野	働く人々の健康保持のために職場の健康管理をサポートします 労働安全衛生法による定期健康診断・有機溶剤・鉛・じん肺・石綿・高気圧・特定化学物質等の特殊健康診断 各健康保険組合の生活習慣病健診・職域におけるがん検診や特定保健指導等
内科・消化器科	9:00~12:00	○	○	○	○	○	※1		
循環器科・呼吸器科	15:00~18:00	○	○	○	○	○	／	地域保健分野	住民の健康保持のために市区町村が実施する健康診査等をサポートします 高齢者の医療の確保に関する法による特定健康診査・特定保健指導 健康増進法によるがん検診・骨粗しょう症検診・肝炎ウイルス検診 40歳前の健康づくり健康診査
禁煙外来	9:00~12:00 15:00~18:00	／	／	○	○	○	／		
乳腺外科	9:00~12:00 14:00~17:00	○	○	○	○	○	※2	学校保健分野	児童・生徒・学生並びに教職員の健康保持のために学校で実施する健康診査等をサポートします 学校保健安全法による心臓検診・教職員定期健康診断・小児生活習慣病等
内分泌代謝外来 (糖尿病外来) 予約制	8:30~12:30 14:30~17:00	／	○	／	／	／	／		
人間ドック・健診	8:30~	健診センターでの健診は全て予約制です							受診者50名から巡回診療いたします 巡回地域は埼玉・東京・群馬・茨城 祝日は休診
※1 診療時間は9:00~13:00									
※2 診療時間は12:30~17:00 土曜午後・日曜・祝日は全診療科目休診									
お問い合わせ	TEL	FAX		受付時間		アクセス			
外来診療	048-533-8836	048-533-8854		9:00~12:00 15:00~18:00 (土曜日9:00~13:00)					
健診センター	048-533-8837	048-577-3170		8:30~17:30(月曜日~金曜日)					
巡回診療	048-533-8858	048-533-8852		8:30~17:30					
〒360-0843 埼玉県熊谷市三ヶ尻48番地		URL: <a href="https://www.cremona.gr.jp/">https://www.cremona.gr.jp/</a>							

たかひら はるこ

【健康管理事業部 診療技術課 係長 高平 治子】



- 【星 座】 みずがめ座
- 【血 液 型】 B型
- 【趣 味】 カラオケ・温泉巡り・キャンプ
- 【特 技】 歌うこと（合唱団に所属しています）
- 【好きな食べ物】 寿司・うなぎ



いつも当院をご利用いただき、ありがとうございます。

私は、臨床検査技師として生理機能検査に携わっております。超音波検査において、白黒画像の少しの変化で疾患を早期発見する為には知識と経験が必要となりますので、常に最新の情報を収集し、他のスタッフとも共有しています。また、健康診断や外来検査におきましても、常に受診者様の立場になり安心して検査を受けていただけるような対応を心がけております。

このような業務に従事していく中で自身の健康に対する意識も変化し、休日を利用して様々な地域の温泉を巡るようになりました。温泉には温熱作用による血行促進や、疲労回復・ストレス解消など様々な効果が期待できますので、これから訪れる心地良い季節にハイキングを兼ねて温泉地へ行くことを、今から楽しみにしています。ぜひ皆様もいかがでしょうか。

今後とも当院をよろしくお願いいたします。

健康に対する取組みはありますか？

自律神経を整えるため、温めのお風呂に入る。

現在、興味のあることはありますか？

温泉健康学に興味あります。

この仕事のやりがいはなんですか？

検査業務を通して色々な方と関わり合いを持てることです。

また受診者様からいただく感謝の言葉は、頑張る原動力になります。

目標はありますか？

より精度の高い検査が行えるよう精進していきます。また皆様に毎年、安心して健診を受けて頂けるようなクリニックの雰囲気づくりに貢献したいです。

## 健康診断もしくは保健指導はWeb予約で

今までは電話受付のみだった健康診断・保健指導のご予約が、令和6年5月15日より当院ホームページから24時間・365日いつでも可能になりました。お手元に健康保険証と受診券（健康保険組合のもの）をご用意の上、ご予約ください。

（仮Web予約は5月14日をもって終了させていただきます）

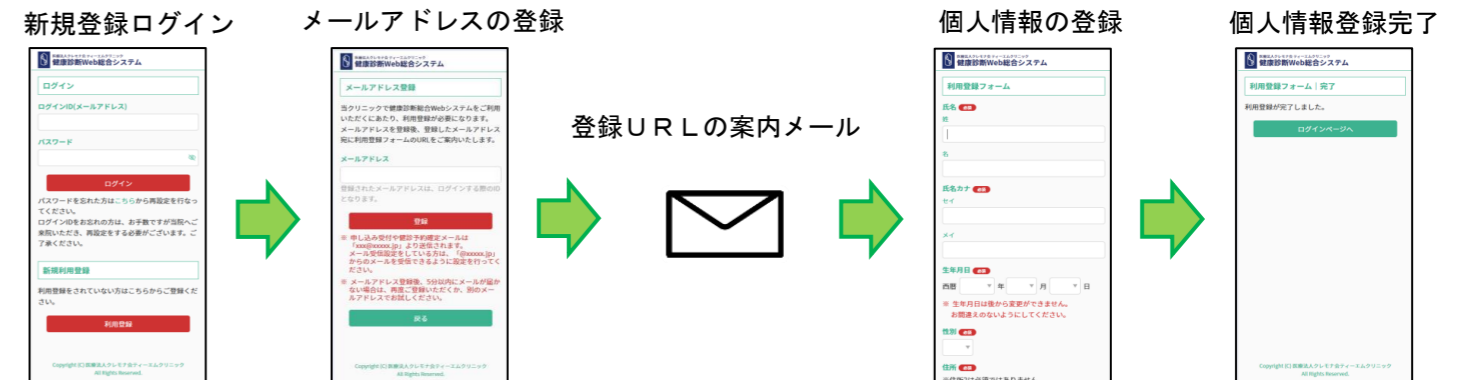


ホームページはこちらから  
URL <https://cremona.gr.jp/>



### 【予約手順】

#### 1. 申込者情報 新規登録



#### 2. 健康診断予約



予約完了後の健康診断の日程変更・キャンセルや受診内容に関する変更については、マイページより行えます。予約に関する不明点等に関しては、健診予約センターへご連絡をお願いします。  
【連絡先】  
予約センター：048-533-8837

