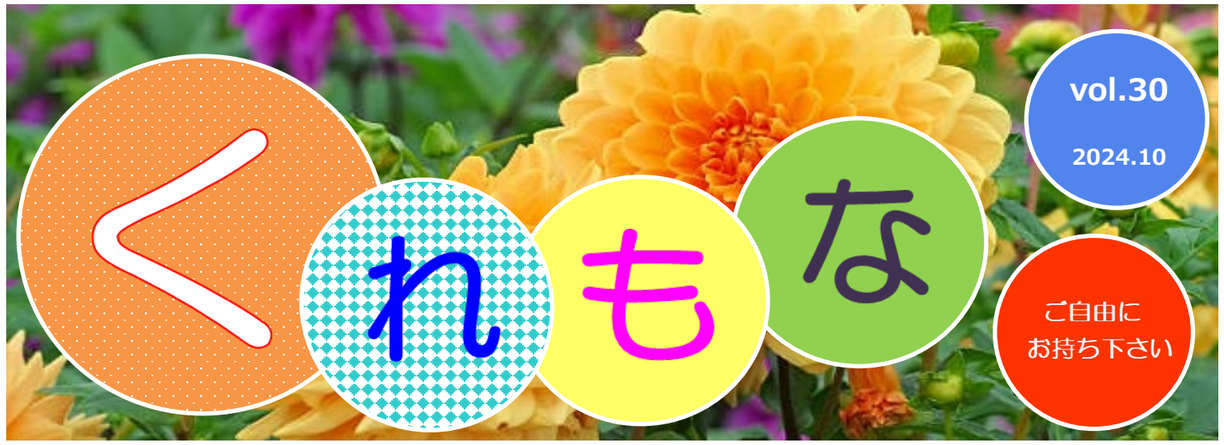

午後でも受けられる健診（検査）があります

●午後健診詳細：実施日時、内容のご案内

【健診日時】　平日　15：00～16：30（要予約）

【検査内容】　下記の食事制限のない検査となります

頭部ＣＴ検査
眼底検査
ＯＣＴ検査
純音聴力検査
頸動脈超音波検査
胸部エックス線検査
胸部ＣＴ検査

心電図検査
ＭＣＧ検査
動脈硬化検査
呼吸機能検査
マンモグラフィ検査
乳房超音波検査
全身骨密度検査

ご予約は　048-533-8837　へ

●午後健診限定の検査：狭心症・心筋梗塞等のリスクを調べる新しい検査も導入

ＭＣＧ検査は、横になった状態で心電図と同様の電極を付け５～１０分間記録します。
この検査は、他の心臓・動脈硬化の検査と比べ、心臓の血管狭窄（動脈硬化等で血管が狭くなってしまう状態）を早い段階で見つけることに優れています。
ご興味のある方は、これを機に検討されてみてはいかがでしょうか。
午後健診やオプション検査の詳細を知りたい方は、お気軽にお問い合わせください。

ＭＣＧ検査をお勧めする方

- 心電図検査に異常はないが、自覚症状のある方（時々胸が苦しくなる、など）
- 高血圧、高血糖、メタボが気になる方
- 過去にステントなどを実施し、経過や現在の状況を知りたい方
- ご家族に心臓病の方がいらっしゃったり、ご自身も気になる方
- 負荷テストや造影剤の禁忌がある方

医療法人 クレモナ会
ティーエムクリニック

ティーエムクリニック　検索

２０２４年１０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

ビストロくれもな

旬の食材を楽しみましょう！
短時間でできるスイーツレシピを紹介します。

さつまいもの蒸しパン

１個分
約１８０kcal

材料（カップケーキ　６個分）

- さつまいも・・・・・・・・・中サイズ１/２本
- ホットケーキミックス・・・１５０g
- 卵・・・・・・・・・・・・・Mサイズ１個
- 牛乳・・・・・・・・・・・・１００ml
- 砂糖・・・・・・・・・・・・大さじ２
- サラダ油・・・・・・・・・・大さじ２

作り方

1. 皮付きさつまいもを１cm角に切り、耐熱皿に入れふんわりとラップをし、電子レンジ（５００w）で５分ほど加熱する。
2. ボウルにすべての材料を入れ、混ぜ合わせたら耐熱容器に生地を入れ、電子レンジ（５００w）で４～５分加熱する。
3. 竹串を刺し、生地がつかなければ出来上がりです。

秋が旬であるさつまいもは、食物繊維を多く含みます。さらにヤラピン（切り口から出る白い液体）という成分は腸の蠕動運動を促進し、便を柔らかくする効果があります。その他にもビタミンＢ群、ビタミンＣ、カリウムなど豊富な栄養成分が含まれています。また、皮ごと食べると栄養を効率良く摂取することができます。焼き芋やみそ汁の具など、旬の美味しい時期に色々な料理で味わいましょう。

当院管理栄養士　島崎

さつまいもの選び方

- 皮の色が均一で鮮やか
- 表面に凹凸、傷がない
- ひげ根がない

外来診療・人間ドック・健診のご案内

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

診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	土
内科・消化器科	9：00～12：00	○	○	○	○	○	※1
循環器科・呼吸器科	15：00～18：00	○	○	○	○	○	／
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	／
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					

※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

検診車による巡回診療のご案内

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

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
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
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

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

お問い合わせ	TEL	FAX	受付時間
外来診療	048-533-8836	048-533-8854	9:00～12:00　15:00～18:00 9:00～13:00（土曜日）
健診センター	048-533-8837	048-577-3170	8:30～10:30　15:00～16:30 8:30～10:30（土曜日）
巡回診療	048-533-8858	048-533-8852	8:30～17:30

〒360-0843　埼玉県熊谷市三ケ尻48番地　　URL：https://www.cremona.gr.jp/

アクセス

当院スタッフ紹介 No.１３
シリーズで当院スタッフを紹介

【　健康管理事業部　健診業務課　係長　奈良原（ならはら）　奈々（なな）　】

【星　　座】　うお座
【血 液 型】　O型
【趣　　味】　キャラクター、バトン、テニス
【特　　技】　韓国料理に詳しい
【好きな食べ物】フライドポテト、フルーツ（イチゴ・パイナップル）、韓国料理（サムギョプサル）

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、医療事務専門学校を卒業後こちらに入職し、外来（院内）業務を経て巡回健診業務に配属となりましたが、入職するまでは、様々な場所を訪問して健診を行う巡回健診という仕事を知りませんでした。巡回健診では早朝から現地へ出向き健康診断を行いますので、無事に到着できるか、忘れ物はないか、など、不安に思うことが数多くあります。しかし、忙しくてなかなか病院に足を運びづらい方が会社やご自宅のお近くで健診を受診し、健診によって病気を早期発見できる機会をご提供できる仕事だと、やりがいも感じています。

また、専門知識を持つ資格者と共に働き、経験や知識を共有することで、教科書や理論ではない学びを得ることができると感じています。これからも近隣地域だけではなく、埼玉県全域・東京都全域に巡回健診の良さを広めていけるよう、努めてまいります。

現在、好きなことはありますか？

・小学校高学年の時に母が応援していた東方神起を見て、東方神起と韓国が好きになりました。

健康に対する取組みはありますか？

・毎日ヨーグルトや野菜、フルーツを摂るようにしています。

この仕事のやりがいはなんですか？

・受診者様に「今日はありがとう」と言ってもらえることが励みになります。

目標はありますか？

・私の上司のように何でもお応えできる知識や経験を積みたいです。
・女性として寄り添える人になりたいです。
・苦手な部分をなくしていきたいです。

第６５回人間ドック学会学術大会へ参加

９月６日・７日にパシフィコ横浜（神奈川）で開催された人間ドック学会学術大会に今年も参加いたしました。当院は外来併設型の健診施設であるため、乳がん検診につきましては、検診だけでなく乳腺外来として、院内でのフォローアップも行ってきました検診で異常が見つかり、そのまま乳腺外来を受診された受診者様もいらっしゃいました今回、私共が人間ドック学会学術大会で取り上げたテーマは「健診で発見され迅速対応できた乳癌の症例」でした。臨床検査課、看護課、診療放射線科、医事課で抄録にまとめ、代表として臨床検査課の林順子が発表しました。

【代表者コメント】

今年度も日本人間ドック学会学術大会に参加し、「明日から未来へ　人生を支える健診」のテーマに基づき「健診で発見され迅速対応できた乳癌の症例」をポスター発表しました。健診では初期の乳癌をみつけていく事が重要です。当クリニックでは、外来併設型という特徴を活かし、乳癌の可能性が強く疑われる場合には速やかに精密検査や次の医療機関への紹介を行っています。
スタッフ一同、全力で皆様の健康をサポートさせていただきますので、お体で気になることがございましたらお気軽にご相談ください。

臨床検査技師　林　順子

乳がんは早期発見がとても大切です。そして迅速に適正治療につなげることが重要です
・気になる症状のある方
・気がかりな変化があった方
・健康診断で要精密検査となった方
など、早めの乳腺外来受診をお勧めしています。また、40歳を越えたら２年に１度はがん検診を受けましょう。

＊乳腺外来お問い合わせ　ＴＥＬ　048-533-8836