

健診受診ハンドブック

人間ドック用



SOWA

医療法人社団 相和会 横浜ソーワクリニック

横浜総合健診センター

健診受診時のしおり

受診前日まで

1. 受診書の内容を事前に必ずご確認ください。
2. 現在内服中の薬がある方は、原則として前日の夜まではいつも通り内服してください。
また、循環器系疾患で(狭心症、高血圧、不整脈など)内服中の方は、当日の朝、健診受付時間の2時間前までにコップ1杯程度(200ml)の水またはお茶で内服してください。
さらに糖尿病で治療中の方、腎疾患で透析中の方は、必ず主治医と相談の上、受診してください。
3. 前日の夕食は、午後9時頃までに済ませてください。
その後、就寝までの水分摂取制限はありません(アルコールは控えてください)。
4. 受診書、問診票が正確に記載(回答)されていることで、健診の精度が向上します。漏れなくご記入ください。
※問診票は紙を廃止し、WEBでの回答へ変更しています。8ページをご参照いただき、前日までに送信してください。

受診当日

1. 持参していただくもの(お忘れ物のないように、事前にチェックをお願いします。)

☐ 受診書

- ☐ 健診料金(受診書でご確認ください)
現金もしくはクレジットカードが利用可能です。
一括精算にてお願いしております。

☐ 保険証情報が分かる書類

- ・健康保険被保険者証
(保険証または共済組合員証)
- ・マイナンバーカード
(保険証と紐づけられているもの)
- ・資格確認書

- ☐ 組合等からの書類
(組合により不要な場合があります。)

☐ 検尿容器

受診当日、朝起きてすぐの尿(中間尿)を採取し、当日ご持参ください。

☐ 検便容器

(受診コースによります。受診日を含め、1週間以内の便を2回採取し、当日ご持参ください。お忘れの場合や採取できない場合の後日検査はお受けできません。)

☐ お薬手帳(内服中の薬に関して確認できるもの)

以下3点は健診中お手元にお持ちください。

☐ コンタクトレンズの専用容器(眼圧検査のある方のみ)

- ☐ メガネ(近視)
- ☐ ソックス(健診中使用いただけます。)

2. 食事はせずにご来院ください。あめ、ガムも控えてください。
検査への影響もあるので、喫煙も控えてください。
3. 当日の飲水については、受付時間の2時間前までにコップ1杯程度(200ml)で糖分や脂肪分が含まれていない水分(水・お茶に限る)については、お摂りいただけます。
4. 検査中は当施設で用意した健診着を着用していただきます。健診着の下には金具やプラスチックのついた下着、ボタン・プリント・ししゅう等の装飾されているシャツなどは着用しないようにお願いします。無地の肌着(スポーツブラ・ブラトップ含む)などは着用できます。また、当施設で用意したスリッパを履いていただきますが、タイツやストッキングは着用しないようにお願いします。なお、簡単に脱げる靴下は履いたままで結構です。さらに室温は適切に管理しておりますが、寒さを感じる方にはガウンやひざ掛けをご用意しております。
5. 高い精度管理を維持するため、検査結果の解析や画像読影に時間がかかる場合があります。医師面談までお待ちいただくことがあります。ご理解をいただきますようお願い申し上げます。
6. 鍵付のロッカーとなっておりますが、現金、貴重品、カード類などの持ち込みは必要最小限としてください(貴重品用ロッカーはありません)。

健診終了後のお食事について

お食事は、検査・面接終了後に提携の飲食店にて、各自お召しあがりください。
健診当日にお食事券をお渡しします。

その他

1. 受診できない事情が生じた時や、当日のやむをえない事情（電車遅延など）で遅れる場合は、健診センターまでご連絡ください。（電話番号 045-461-1230）
2. 月経中の方は婦人科検診（子宮がん検診）をお受けになれません。婦人科検診のみの後日受診はお受けしておりませんので、健診と合わせて受診日を変更させていただきます。事前にご連絡ください。
乳がん検診は月経終了後から 1 週間程度の間にお受けいただくのが理想です。
また、妊娠の可能性のある方はお申し出ください。（X 線検査・内視鏡・子宮がん検診不可のため）
3. 検査中はお名前でののご案内となりますが、番号でののご案内をご希望される方はお申し出ください。
4. 当日発熱などがあり体調が悪い場合は健診日を変更し、外来を受診してください。
5. 検査装置の都合上、体重 130kg 以上の方は受けられない検査（X 線検査・内視鏡・子宮がん）がありますのでご了承ください。
6. オプション検査をご希望の方は、事前の予約が必要となります。
7. お子様連れの受診はできません。
8. 専用駐車場・駐輪場が無い場合、公共の交通機関でお越しください。
9. 当センターの開門時間は午前 8 時 10 分です。

受付時間のご案内

受付時間をいくつかに分けてご案内しています。受診書に記載された受付時間をご確認ください。

早く来院されても記載された時間を繰り上げての受付はいたしません。

なお、受付時間に来院されない場合は、検査の都合上受診いただけないことがあります。

変更のご希望がある場合は、事前にご連絡ください。なお、予約状況により、ご希望に添えないこともありますので、ご了承ください。また、健診当日に受付時間の変更はできません。

**健診をスムーズにお受けいただくため、受付時間の繰り上げはいたしません。
受診書に記載された時間にお越しください。**

オプション検査のご案内

■ 必ず事前にご予約ください。

なお、オプション料金も健保等によっては補助が受けられる場合がありますので、ご確認ください。

オプション項目	検査料金	検査の説明	検査で分かる疾患	
脳ドック (MRI・MRA・頸動脈エコー)	38,500円	MRI(磁気共鳴断層撮影)で脳梗塞病変や脳内の血管異常・動脈瘤の有無を調べ、頸動脈エコーで血管壁の変化を観察します。	脳梗塞・脳内出血・脳腫瘍 脳萎縮・脳動脈瘤 動脈硬化性変化など	
※MR検査は提携医療機関(当ビル1階 横浜脳神経内科)にて実施。				
胸部CT検査(肺がん)	13,200円	CTで細かくらせん状に撮影した情報を、コンピューター解析して画像診断します。胸部X線検査では指摘困難な小さな肺がんを検出するのに有効です。	肺がん・肺良性腫瘍 炎症性疾患など	
子宮頸がん検査	5,500円	内診と子宮頸部細胞診を行います。有効性の確認されているがん検診です。	子宮頸がん・異形成 頸管ポリープなど	
HPV検査 (子宮頸がん検査施行時の追加オプション)	5,500円	子宮頸がんの原因ウィルスに感染しているかを調べる検査です。子宮頸がん検査で採取した同じ細胞を使用するので、1回の細胞採取で検査可能です。	ヒトパピローマウイルス (HPV)感染の有無	
乳がん検査	乳房超音波検査	5,500円	触っても分からない小さなしこりを指摘します。	乳腺良性腫瘍 乳がん・乳腺症など
	マンモグラフィ	5,500円	施設画像認定を受けた専用装置で、しこりや石灰化を主とした病変を指摘します。	
	乳房超音波検査とマンモグラフィを合わせて受診		10,450円	
骨塩定量検査	3,300円	骨粗しょう症や代謝性骨疾患の診断をするための検査です。	骨粗しょう症・代謝性骨疾患	
上部消化管内視鏡検査	5,500円 加入されている健保により異なります	内視鏡で直接食道・胃・十二指腸内を観察します。組織を採取したり、薬が処方された場合は保険扱いとなりますので、ご了承ください。	胃・十二指腸潰瘍 胃炎・胃がんなど	
※経鼻内視鏡(鼻から挿入する内視鏡検査)も施行しておりますので、ご希望の方はお尋ねください。				
血清ピロリ抗体(血液検査)	2,200円	胃がんの9割以上がピロリ菌感染が原因と考えられています。また潰瘍の主たる原因でもあります。	ピロリ菌感染の有無	
大腸内視鏡検査	27,500円	大腸内を内視鏡で直接観察します。組織を採取したり、薬が処方された場合は保険扱いとなりますので、ご了承ください。	大腸ポリープ 大腸がん 炎症性疾患など	
※実施している曜日は予約時にお問合せください。75歳以上で初回検査の方は実施不可。				
動脈硬化度検査	3,300円	腕と足首の血圧の比率、腕から足首までの脈波の伝わる速度を測定し、血管の硬さを評価します。	血管の閉塞や狭窄 動脈硬化の程度	
ファットスキャン (内臓脂肪測定検査)	3,300円	CTでおへそ付近の断面を撮影し、皮下脂肪と内臓脂肪の断面積を測定します。断面積が100cm ² 以上は内臓脂肪症候群の可能性があります。	内臓脂肪症候群の診断	
腫瘍マーカー (血液検査)	PSA 2,750円	PSA測定による前立腺がん以外は、腫瘍マーカーのみで腫瘍が診断できることは稀です。	前立腺がん	
甲状腺検査(TSH・FT3・FT4)	5,500円	甲状腺刺激ホルモン(TSH)と甲状腺ホルモン(FT3・FT4)を測定し、甲状腺の機能亢進、低下を診断します。	甲状腺機能亢進症(バセドウ病など)や甲状腺機能低下症(橋本病など)	

マンモグラフィや乳房超音波検査による乳がん検診を受けましょう。

今、日本人女性の約9人に1人が乳がんにかかると言われています。また、亡くなる方は年々増加し、今では年間1万人以上となっています。

近年における乳がんの急激な増加は、食生活の欧米化やライフスタイルの変化が女性ホルモンの分泌に影響しているためと考えられています。

乳がんは、小さいうちに発見されれば治癒率の高い病気です。

早期発見のため、毎月の自己触診に加えて、マンモグラフィや乳房超音波検査の画像検査を取り入れた乳がん検診を定期的に受けることが大切です。

● マンモグラフィ（乳房 X 線検査）

乳房を挟んで、X 線で撮影する検査です。

腫瘍（しこり）や石灰化（カルシウムの沈着）を描出することにより診断します。

ただし、乳腺が密な方の場合は病変がかすんでしまい、診断が難しいことがあります。なお、授乳中の方、豊胸術後やペースメーカー等挿入中の方への撮影は行っていません。

また、抗凝固療法施行中の方は、乳房超音波検査への変更をお願いすることがあります。

● 乳房超音波検査

乳房内を超音波で観察する検査です。

触っても分かりにくい、小さなしこりの発見を得意とします。

しこりの内部構造が鑑別しやすく、乳腺が密な方の診断にも有効です。

マンモグラフィと乳房超音波検査には各々に良い点があるため、当センターでは原則両方の検査を受けていただくことをお勧めしています。

◆ 男性は50歳を超えたらPSAを測定しましょう。

前立腺がんは増加傾向にあります。早期に発見することで、確実に治療することも可能です。

また、前立腺がんは血液検査での拾い上げが可能な唯一のがんといえます。

◆ 大腸がん検診、便潜血が陽性であれば大腸内視鏡検査が必要です。

30年前、世界で1番の胃がん大国であった日本では、胃がんと大腸がんの比率がほぼ3:1でした。

しかし、胃がんの減少と大腸がんの増加により、現在ではほぼ同数となっています。

大腸がん患者では、何も症状のないうちから便に少量の血が含まれていることが知られており、無症状のうちに発見された大腸がんの予後は良好です。健診ではまず大腸疾患を拾い上げるために、知らないうちに便に血が混じっていないかを調べています。

もし、便潜血検査が陽性であった方は、大腸内視鏡検査を受けて大腸疾患の有無を確認しましょう。

健診に関連した有害事象についてのご説明

健康診断は、私たちが健康で快適な生活を送るために重要です。当センターでは受診者の安全を第一に万全の策をとっておりますが、それでも検査に際しては稀に次のようなことが起こる場合があります。

健診をお受けになるに先立って、このような例があることを理解しておくことは、早期の異常に気づき、適切な治療を速やかに行う上でも大変重要です。簡単にご説明させていただきます。

胃X線検査に関連して起こりうる出来事

● バリウムアレルギー

最近、稀にバリウムに対してもアレルギーのある方がいることが分かってきました。症状としてはかゆみ、皮疹などが知られています。

以前の検診後にこれらの異常症状が出現し、原因がはっきりしなかったことがある方はその可能性もありますので、事前にお知らせください。

● 胃を急に膨らませることによる反射

検査時には胃を膨らませるために発泡剤を使用しています。

胃は徐々にではなく急激に膨らませることで、一時的に気分不快などの症状が出現することがあります。この点に関しては、担当者が充分な観察を行いながら検査しておりますが、途中で気分不快をお感じになった場合は、どうぞご遠慮なく検査担当者に合図をして、検査休止または中断を申し入れください。

● バリウム排泄不良に伴うこと

飲用したバリウムは普通、当日か翌日までには排泄されるものですが、時には高度の便秘で医療的処置が必要となる例もあります。現在では飲むバリウムの量も約 140ml 程度と少なくなりましたが、2～3 日しても排便がなければ医療機関を受診していただきたいと思います。下剤は帰宅途中の急な便意が問題とならなければ、検査後速やかに内服してください。

● 既往歴や併存症に伴うこと

大腸の手術後や腸閉塞にて治療既往がある方は、バリウムの内服により稀に閉塞症状を起こすことがあります。主治医と相談ができていない場合や、以前の検査で安全が確認できている場合を除いては、内視鏡による検査や医療機関での検査をお勧めする場合があります。

また、大腸にできている袋（憩室）がある方では稀に炎症（憩室炎）を起こしたり、予期せぬ大腸がんによる狭窄のために、検査後症状が出るような可能性があります。

※胃の検査は高齢になるに従い偶発症（不利益）が増加するため、80 歳以上のバリウム検査、85 歳以上の内視鏡検査は行っておりません。また、検査前の下剤内服に伴う負担が大きいため、75 歳以上ではドック当日同時に施行する上部下部内視鏡検査も行っておりません。

なお、上記以下の年齢であっても既往歴や治療中の疾患により検査を施行できない場合があるため、事前にご相談させていただく場合があります。

採血に関連して起こりうる出来事

● 採血時の血管迷走神経反射

体調不良や過度の緊張、空腹などが誘因となり針を刺した刺激により気分が悪くなり、血圧低下や冷や汗が出てくることがあります。体調が悪い方や以前に同様の症状が起こったことのある方は、事前にお知らせください。

● 採血後の出血・あざ・腫れ・痛み

採血後は、針の刺入部を強く圧迫しておく必要がありますが、止血が不十分だと、採血部分が青く腫れたり痛みが出たりすることがあります。通常は1週間程度で吸収され、青あざも消えてしまうので心配はいりませんが、腫れや痛みが強い時はご連絡ください。

● 反射性交感神経性ジストロフィーなど

皮膚には網の目のように細かい神経が張り巡らされています。どんなに注意深く上手に採血しても、針を刺したということが引き金になって、自律神経反射を引き起こし、たいへん稀ですが強い痛みや痺れ、筋の萎縮などをもたらす例があることが報告されています。また、決められたルールに従い採血を行っても1万回から10万回に1回程度で神経損傷が起こることも報告されています。このような事例と判断された場合は、ペインクリニックなどでの適切な治療が必要になることがあります。

その他

胃の検診で内視鏡検査をご希望の方には、別紙説明書をご用意しています。

皆様からよくいただくご質問は、ホームページ上で詳しい説明を用意しておりますので、ぜひご覧ください。

ホームページ <https://sowa-kai.jp/yokohama/>

当センターでは皆様が安心して快適に健診をお受けいただけるような体制を整えています。

万一上記のいずれのことが発生しても適切に対応させていただきます。

さらに、何か分かりにくいことがありましたら、遠慮なくご連絡ください。



WEB問診回答についての注意事項

2024 年度より、紙の問診票を廃止し、WEB 問診システムへの入力によるご回答に移行いたしました。健診精度向上のため、前日までに問診の登録をお願いいたします。

WEB 問診登録サイト・問診アクセスキーにつきましては、同封の書類にてご案内しております。

- ・登録されないまま当日お越しの場合は、受付前に登録していただきます。
検査開始まで時間を要しますのでご了承ください。
- ・一部のスマートフォンやタブレット、一部のブラウザは、WEB問診のご利用に適さない可能性があります。
ご利用いただけない場合は、受付にて WEB 問診登録用の端末をご用意しておりますのでお申し出ください。

WEB 問診登録サイトにアクセスし問診登録してください

ログインして問診票の登録を行ってください。
このサイトは JavaScript、Cookie を使用しております。ご利用のブラウザで無効にされている場合は有効にしてご利用ください。

問診登録ログイン

問診アクセスキー -

性別 ☒ 男性 ☐ 女性

生年月日 (西暦) 年 月 日

問診アクセスキー（半角・英数）、性別、生年月日を入力してログインしてください。

※ページが表示されない、ログインできない場合

- ・入力した WEB サイト（URL）
- ・問診アクセスキー

入力に誤りがないか確認してください。

ようこそ 様

あなたの名前が正しく表示されている場合は [OK] ボタンをクリックしてください。

ログインすると名前（カナ氏名）が表示されます。

「OK」を押すと問診登録が開始されます。

最後の確認ページで誤りが無いか注意して確認してください。

「内容を確認し、問診登録を完了する」 ボタンをクリックすると終了です。

健診結果票についてのお知らせ

紙の結果票とは別に、スマートフォンでも結果をご覧いただけるようになりました。

当施設の健診結果はスマートフォンで見られます
PDF形式で結果報告書のダウンロードもできます



CARADA
健診サポート

登録手順は、同封のアプリのご案内をご覧ください



基本理念

1. エビデンスに基づいた的確な健康診断と温かい医療サービスの提供
2. 各受診者のニーズに適った総合的で継続的な保健サービスの提供
3. 地域の人々に対する健康で充実した生活の実現の支援

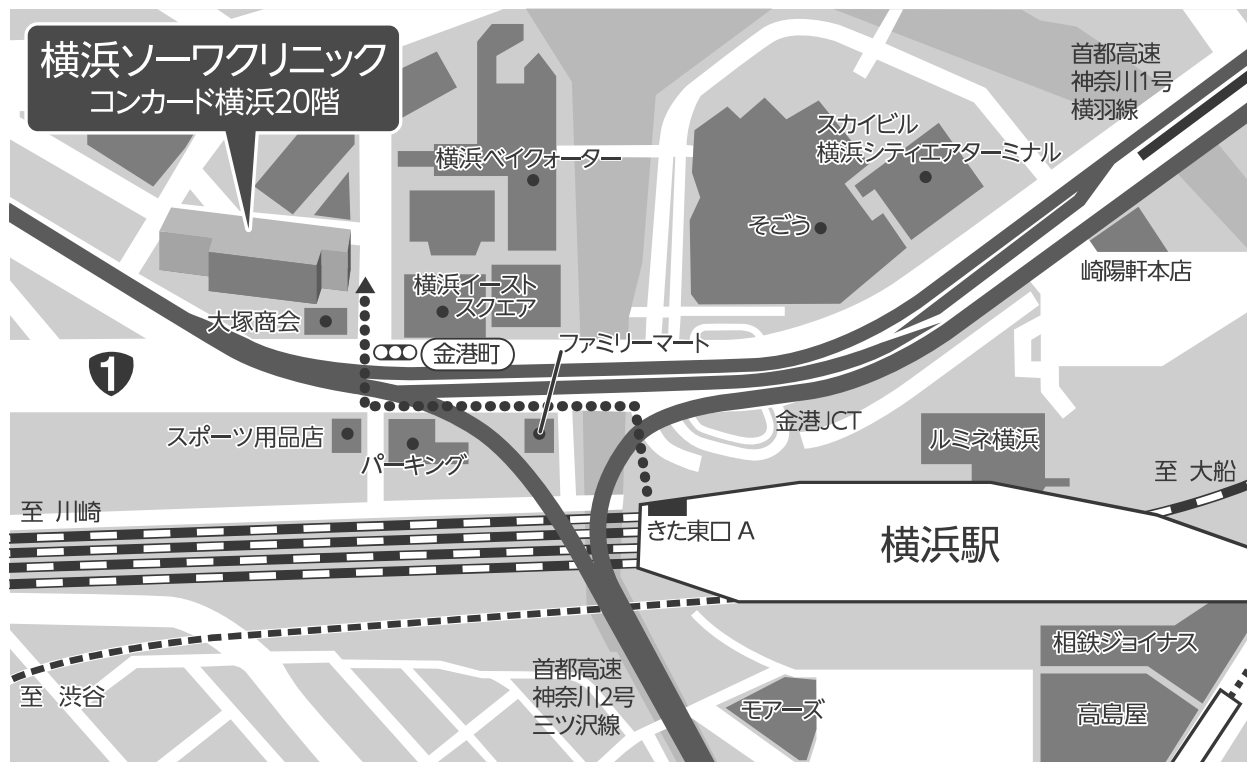
基本方針

1. 受診者の人格尊重とプライバシー保護について最大限の配慮をいたします。
2. 受診者が自分の健康状態を認識し、自己管理ができるよう支援します。
3. 受診者の個別ニーズに適った情報提供と健康教育をめざします。
4. 技術の向上に努め、精度の高い健康診断をめざします。
5. スタッフ間の連携を密にした協力体制の確立をめざします。
6. 誠実であたたかみのあるサービスの提供に努めます。

受診者の権利と責務(お願い)

医療・保健サービスの中心はあくまで受診者にあり、サービス提供者と利用者の関係は相互の信頼の上に成り立つものであることを深く認識し、すべての受診者に次のような権利があることを確認します。

1. 常にその人格と尊厳を尊重される権利があります。
2. 職業・地位・国籍・人種、信条・宗教、性別・年齢の違い、障害の有無に関わりなく、良質な医療を平等に受ける権利があります。
3. 自分が受ける検査や治療の効果や危険性、他に代わりうる治療の有無とその内容について、十分に理解できるまで説明を受ける権利があります。
4. 治療・検査計画を立てるにあたって、自分の意思と責任に基づき選択・同意・拒否できる権利があります。
5. 如何なる場合でも、自分の承諾なしにプライバシーを侵されることはないという保証を求める権利があります。
6. 健康や機能の回復・維持・増進のために学習する権利があります。
7. ご自身の健康状態に関する情報を正確に提供してください。
8. 当センターの規則を遵守してください。



アクセス▶ 横浜駅 きた東口 Aの出口より徒歩5分
 (JR・東横線をご利用の方は、川崎・渋谷寄りの出口となります)



医療法人社団 相和会 横浜ソーワクリニック

横浜総合健診センター

〒221-0056 横浜市神奈川区金港町3-1 コンカード横浜20階

TEL. 045-461-1230 FAX 045-594-6088

✉ kenshin.yokohama@sowa.or.jp

ホームページ <https://sowa-kai.jp/yokohama/>