

# 2024年度 人間ドックのご案内



医療法人平成会  
小島病院

ご案内期間：2024年4月1日 - 2025年3月31日





当院は、昭和24年の開業以来、70年以上に渡り地域医療を支える一翼を担ってまいりました。

2017年10月に移転、今年で7年目を迎えます。

1階が外来、2階が人間ドック/健診専用のフロアとなっております。木目調の落ち着いた空間で、リラックスしてご受診いただけます。



お待ち時間を快適にお過ごしいただけますよう、各種お飲み物をご用意しております。

コーヒーは、長野ホテル犀北館様で提供されている豆を使用しております。挽きたてで、香り豊かな一杯をお楽しみください。

大型の水槽を導入し、待ち時間を少しでもリラックスしてお待ちいただけるような空間となっております。





# 日帰り人間ドックの流れ



12時半～13時半頃  
終了予定です。

**緑色のボックス** は空いている検査からの順次ご案内となります。

## 受付時間

8時, 8時30分, 9時, 9時30分, 10時のいずれかとなります。  
受付時間をご予約時にご案内いたします。

## お食事のご案内 (受付時いずれかをご選択頂けます)

### スタンダードコースご受診の方

- おすすめ!** ★長野ホテル犀北館様 食事券 1,800円分(税込,サービス料込)
- おすすめ!** ★うるおい館様 入浴券+食事券 1,800円分(税込)  
・ジェフグルメカード1,000円分(税込)

### プレミアムコースご受診の方

- おすすめ!** ★四季彩MIZUNO様 ランチ券 3,300円分(税込)+デザートセット  
・長野ホテル犀北館様 食事券 1,800円分×2枚(税込,サービス料込)  
・うるおい館様 入浴券+食事券 1,800円分×2枚(税込)

★四季彩MIZUNO様は月曜日定休です。

月曜日にプレミアムドックご受診で四季彩MIZUNO様ランチ券ご選択の方は、有効期限内にご利用をお願いいたします。



# 日帰り人間ドックプラン

スタンダード日帰りコース 44,000円(税込)

当院1番人気の標準コースとなります。

①初めて人間ドックをご受診される方

②健診ではなく“検診”をご受診されたい方

こちらのコースを推奨いたします。

当院では、全ての人間ドックコースに、腫瘍マーカー血液検査  
CEA、AFP、CA19-9が標準で含まれています。

胃の検査は、経口内視鏡検査、経鼻内視鏡検査、胃透視検査から  
お選びいただけます。

スタンダードドック、レディースドック、おやじドック、  
健美ドックご受診者様のランチメニューになります。

長野ホテル犀北館様

うるおい館様 温泉+お食事のセット

なんと、タオルも無料レンタル可 当日行けます。



★長野ホテル犀北館様 食事券1,800円分 (税込,サービス料込)

★うるおい館様 温泉入浴券800円+食事券1,000円分 (税込)

★ジェフグルメカード1,000円分(税込)



# スタンダード日帰りコース 検査内容

胃の検査は、内視鏡(経口または経鼻)/胃透視検査からお選びいただきます。

※セット検査になりますので胃の検診を含め、未実施項目での減額はございません。

内科診察	問診	●	血液 生化学検査	総蛋白	●
	聴打診	●		アルブミン	●
	血圧・脈拍	●		総ビリルビン	●
	健康調査	●		直接ビリルビン	
身体計測	身長	●	AST(GOT)	●	
	体重	●	ALT(GPT)	●	
	BMI	●	アルカリ性ホスファターゼ (ALP)	●	
	腹囲	●	γ-GTP	●	
	骨密度		乳酸脱水素酵素 (LDH)	●	
	聴力 (1000Hz・4000Hz)	●	コリンエステラーゼ	●	
栄養指導	栄養指導	●	アミラーゼ	●	
眼科系検査	視力検査	●	尿素窒素	●	
	眼底検査(両眼)	●	クレアチニン (eGFR値含む)	●	
	眼圧検査	●	ナトリウム	●	
呼吸器系検査	胸部X線検査 (正面・側面)	●	カリウム	●	
	肺機能測定	●	クロール	●	
心電図	安静時12誘導心電図	●	カルシウム	●	
動脈硬化	ABI/PWV		無機リン		
内臓脂肪	内臓脂肪量測定 (CT使用)		尿酸	●	
消化器系検査	上部 (胃) 内視鏡検査	● 選択	血糖	●	
	胃透視検査 (バリウム使用)		HbA1c	●	
	胃 A B C 健診 (採血にて)		総コレステロール	●	
	腹部超音波検査	●	HDLコレステロール	●	
	下部 (大腸) 内視鏡検査		non-HDLコレステロール	●	
	便潜血検査(2日法)	●	LDLコレステロール	●	
尿検査	尿糖	●	中性脂肪 (TG)	●	
試験紙法	尿蛋白	●	血清鉄	●	
	尿潜血	●	不飽和鉄結合能 (UIBC)		
	尿ウロビリノーゲン	●	総鉄結合能 (TIBC)		
	尿ビリルビン	●	CRP	●	
	尿比重	●	CK	●	
	尿pH	●	フェリチン		
	尿ケトン体	●	血液	CEA	●
尿沈渣	尿沈渣	●	腫瘍マーカー	AFP	●
血液学検査	赤血球数	●	CA19-9	●	
	白血球数	●	PSA (男性専用)		
	血色素量(ヘモグロビン量)	●	CA125(女性専用)		
	ヘマトクリット	●	女性がんセット (腫瘍マーカー)		
	血小板数	●	血液	B型肝炎ウイルス抗原 (HB s Ag)	●
	MCV (平均赤血球容積)	●	免疫学検査	C型肝炎ウイルス抗体 (HCVAb)	●
	MCH (平均赤血球血色素量)	●		リウマチ検査 (RF法)	●
	MCHC (平均赤血球血色素濃度)	●			
	血液像検査(白血球5分画)	●			

宿泊人間ドックコースは、上記検査に加えて 2日目に大腸内視鏡検査を実施 いたします。



# 日帰り人間ドックプラン

プレミアム日帰りコース 71,500円(税込)



全ての検査項目が入った最上位コースとなります。

プレミアムコース内標準オプションとして ※40才以上の方にオススメ

①脳梗塞、心筋梗塞発症リスクを予測する→[LOX-index検査](#)  
慢性心不全リスク検査→[NT-proBNP検査](#)

②各部位の腫瘍や結石を発見する検査→[胸部&腹部CT検査](#)  
どちらかをご予約時に選択していただきます。

男性の方はPSA、女性の方はCA125 腫瘍マーカー血液検査が標準で検査項目に含まれています。

スタンダードコースではオプションとなります

骨密度検査、動脈硬化検査(ABI/PWV)、内臓脂肪測定検査が標準で含まれています。

## 四季彩MIZUNO様 メニュー例

プレミアムドックご受診者様のランチメニューになります。  
ご希望の方はお料理に加えて、デザートセットもご注文頂けます。



MIZUNO御膳



季節の刺身御膳

四季彩MIZUNO様 ランチ券3,300円分(税込) +デザートセット  
長野ホテル犀北館様 食事券1,800円分(税込,サービス料込) ×2枚 ※3つから選択  
うるおい館様 (温泉入浴券800円+食事券1,000円分(税込)) ×2枚







# 宿泊人間ドックプラン

★40才以上の方におすすめ！

一度ご自身の大腸の状態を確かめてみませんか？

大腸内視鏡検査が入ったコースになります。

毎週 (月) (水) (木) 各曜日1名様限定でのコースになります。

- ✓ 1日目は日帰り人間ドックコースと同内容の検査
- ✓ 2日目は11時にご来院頂き、大腸内視鏡検査を行います。  
※2日目は13時頃終了となります。

宿泊先：長野ホテル犀北館様

ご自宅へ戻られる場合は、割引がございます。

宿泊ドックは、ご予約可能な曜日に指定がございます。

詳細は、お問い合わせ下さい。



## スタンダード宿泊コース

71,500円(税込)



翌日の検査に  
支障が出ない  
夕食付き

## プレミアム宿泊コース

99,000円(税込)



翌日の検査に  
支障が出ない  
夕食付き



# 宿泊人間ドックコース 検査内容

スタンダードまたはプレミアムコースに**プラス27,500円**（税込）でご受診いただけるコースです。

※1日目の胃の検査は経口・経鼻カメラのみのご選択になります。

お好きなコースで1日目に検査 **2日目は大腸内視鏡検査のみ**になります。

※セット検査になりますので胃の検査、大腸の検査含め、未実施項目での減額はございません。

内科診察	問診	●	血液 生化学検査	総蛋白	●
	聴打診	●		アルブミン	●
	血圧・脈拍	●		総ビリルビン	●
	健康調査	●		直接ビリルビン	
身体計測	身長	●	AST(GOT)	●	
	体重	●	ALT(GPT)	●	
	BMI	●	アルカリ性ホスファターゼ (ALP)	●	
	腹囲	●	γ-GTP	●	
	骨密度		乳酸脱水素酵素 (LDH)	●	
	聴力 (1000Hz・4000Hz)	●	コリンエステラーゼ	●	
栄養指導	栄養指導	●	アミラーゼ	●	
眼科系検査	視力検査	●	尿素窒素	●	
	眼底検査(両眼)	●	クレアチニン (eGFR値含む)	●	
	眼圧検査	●	ナトリウム	●	
呼吸器系検査	胸部X線検査 (正面・側面)	●	カリウム	●	
	肺機能測定	●	クロール	●	
心電図	安静時12誘導心電図	●	カルシウム	●	
動脈硬化	ABI/PWV		無機リン		
内臓脂肪	内臓脂肪量測定 (CT使用)		尿酸	●	
	消化器系検査	上部 (胃) 内視鏡検査	● 選択	血糖	●
		胃透視検査 (バリウム使用)		HbA1c	●
		胃ABC健診 (採血にて)		総コレステロール	●
		腹部超音波検査	●	HDLコレステロール	●
		下部 (大腸) 内視鏡検査	●	non-HDLコレステロール	●
便潜血検査(2日法)		●	LDLコレステロール	●	
尿検査 試験紙法	尿糖	●	中性脂肪 (TG)	●	
	尿蛋白	●	血清鉄	●	
	尿潜血	●	不飽和鉄結合能 (UIBC)		
	尿ウロビリノーゲン	●	総鉄結合能 (TIBC)		
	尿ビリルビン	●	CRP	●	
	尿比重	●	CK	●	
	尿pH	●	フェリチン		
	尿ケトン体	●	血液 腫瘍マーカー	CEA	●
尿沈渣	尿沈渣	●		AFP	●
	血液学検査	赤血球数		●	CA19-9
白血球数		●		PSA (男性専用)	
血色素量(ヘモグロビン量)		●	CA125(女性専用)		
ヘマトクリット		●	血液 免疫学検査	B型肝炎ウイルス抗原 (HBsAg)	●
血小板数		●		C型肝炎ウイルス抗体 (HCVAb)	●
MCV (平均赤血球容積)		●		リウマチ検査 (RF法)	●
MCH (平均赤血球血色素量)		●			
MCHC (平均赤血球血色素濃度)		●			
血液像検査(白血球5分画)	●				

上記内容はスタンダード日帰りコース+大腸内視鏡検査⇒スタンダード宿泊コース



**NEW**



# 「Reスタート ドック」 66,000(税込)

期間限定：2025/3/31まで69,300円→66,000円

パーソナルトレーニング付き

あの頃の身体を取り戻そう♪

パーソナルトレーナーがカッコよく、健康で機能的な身体に導きます！

パーソナルジム “CLUB-J” 様と  
タイアップした新コース登場！！

## それが「Reスタート ドック」

スタンダード日帰りコース内容に加えて、①②③④⑤が入った  
コースになります。

※3回で効果が出るものではありませんが、  
運動習慣を始めるきっかけとしてご体験してみたいはいかがでしょうか？

### ①アディポネクチン検査

アディポネクチンはインスリンの働きを助け、動脈硬化を抑制するなどの重要な働きがあるとされています。

### ②ABI検査

手と足の血圧の比較や脈波の伝わり方を調べる事で動脈硬化の程度を調べます。

### ③内臓脂肪量測定

CTを用いて脂肪の体積を調べます。

### ④NT-ProBNP検査

心臓から分泌されるホルモンの一種で、心臓の機能が低下して心臓への負担が大きくなるほど血液中に多く分泌され、数値が高くなります。心電図に現れていない「心不全の危険度」を知る目安となります。

### ⑤パーソナルトレーニング3回

初回90分（問診・トレーニング・食事指導）

2回目・3回目（トレーニング30分 痩身マシン30分 合計60分）

30分のパーソナルトレーニングは、お客様が改善したい部分を  
中心に専門トレーナーがアドバイスさせていただきます。





# Reスタートドック検査内容

胃の検査は、内視鏡(経口または経鼻)/胃透視検査からお選びいただきます。

通常の日帰り人間ドックに、**4つのオプション検査**と

**※パーソナルトレーニング**が入ったコースになります。

**※後日お客様の方でご都合の良いお日にちでご予約を取って頂きます。**

**※セット検査になりますので胃の検診を含め、未実施項目での減額はございません。**

内科診察	問診	●	血液 生化学検査	総蛋白	●
	聴打診	●		アルブミン	●
	血圧・脈拍	●		総ビリルビン	●
	健康調査	●		直接ビリルビン	●
身体計測	身長	●	AST(GOT)	●	
	体重	●	ALT(GPT)	●	
	BMI	●	アルカリ性ホスファターゼ (ALP)	●	
	腹囲	●	γ-GTP	●	
	骨密度	●	乳酸脱水素酵素 (LDH)	●	
	聴力 (1000Hz・4000Hz)	●	コリンエステラーゼ	●	
栄養指導	栄養指導	●	アミラーゼ	●	
眼科系検査	視力検査	●	尿素窒素	●	
	眼底検査(両眼)	●	クレアチニン (eGFR値含む)	●	
	眼圧検査	●	ナトリウム	●	
呼吸器系検査	胸部X線検査 (正面・側面)	●	カリウム	●	
	肺機能測定	●	クロール	●	
心電図	安静時12誘導心電図	●	カルシウム	●	
動脈硬化	ABI/PWV	●	無機リン	●	
	頸動脈超音波検査	●	尿酸	●	
内臓脂肪	内臓脂肪量測定 (CT使用)	●	血糖	●	
消化器系検査	上部 (胃) 内視鏡検査	● 選択	HbA1c	●	
	胃透視検査 (バリウム使用)	●	総コレステロール	●	
	胃A B C健診 (採血にて)	●	HDLコレステロール	●	
	腹部超音波検査	●	non-HDLコレステロール	●	
	下部 (大腸) 内視鏡検査	●	LDLコレステロール	●	
	便潜血検査(2日法)	●	中性脂肪 (TG)	●	
尿検査 試験紙法	尿糖	●	血清鉄	●	
	尿蛋白	●	不飽和鉄結合能 (UIBC)	●	
	尿潜血	●	総鉄結合能 (TIBC)	●	
	尿ウロビリノーゲン	●	CRP	●	
	尿ビリルビン	●	CK	●	
	尿比重	●	フェリチン	●	
	尿pH	●	アディポネクチン	●	
	尿ケトン体	●	血液	●	
尿沈渣	●	腫瘍マーカー	●		
血液学検査	赤血球数	●	CEA	●	
	白血球数	●	AFP	●	
	血色素量(ヘモグロビン量)	●	CA19-9	●	
	ヘマトクリット	●	PSA (男性専用)	●	
	血小板数	●	CA125(女性専用)	●	
	MCV (平均赤血球容積)	●	女性がんセット (腫瘍マーカー)	●	
	MCH (平均赤血球血色素量)	●	NT-proBNP検査	●	
	MCHC (平均赤血球血色素濃度)	●	血液	●	
	血液像検査(白血球5分画)	●	免疫学検査	●	
				リウマチ検査 (RF法)	●

**+**パーソナルトレーニング3回

●はスタンダード日帰りコースに追加した検査項目です。



# パーソナルトレーニングとは？

トレーナーがマンツーマンで指導を致します。

## こんな方におすすめ

- ✓ ダイエットを自己流でやってみたけれど結果がでない
- ✓ スポーツジム通いをしてみたけれど3日坊主
- ✓ 腰痛、膝痛、肩こりの悩み、姿勢改善したい
- ✓ 美脚になりたいけれど、どんな運動したらいいの？
- ✓ 若い頃の体型を取り戻したい
- ✓ 健康診断で運動を勧められたが何から始めればいいのか？



## 私たちにお任せください！

初回90分

(初回はカウンセリング含む)

2回目30分+痩身マシン30分

3回目30分+痩身マシン30分

筋肉量を増やしながら、  
脂肪細胞にアプローチ。



30分間寝ているだけで  
筋肉へアプローチ！！



←痩身マシンもセット♪



長野市稲葉中千田沖2187-1  
文化学園高校200m程北 あずま通り沿い  
Panasonicショールーム様向かい黒い建物



パーソナルトレーニングジム  
「CLUB-J」ホームページQR→  
<https://clubjfit.com/>  
TEL 026-405-4839



ご予約、お問い合わせは上記  
TELもしくは右記LINE QR追加  
から「小島病院ドック」と  
メッセージをお願い致します。

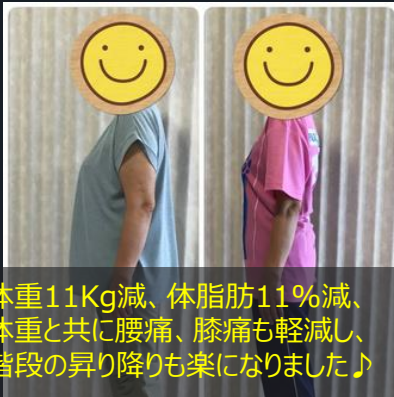




# 体験者様のビフォーアフター



3ヶ月で13Kg減量出来ました。  
食事管理も無理なく出来て慢性的な腰痛も無くなりました。



体重11Kg減、体脂肪11%減、  
体重と共に腰痛、膝痛も軽減し、  
階段の昇り降りも楽になりました♪



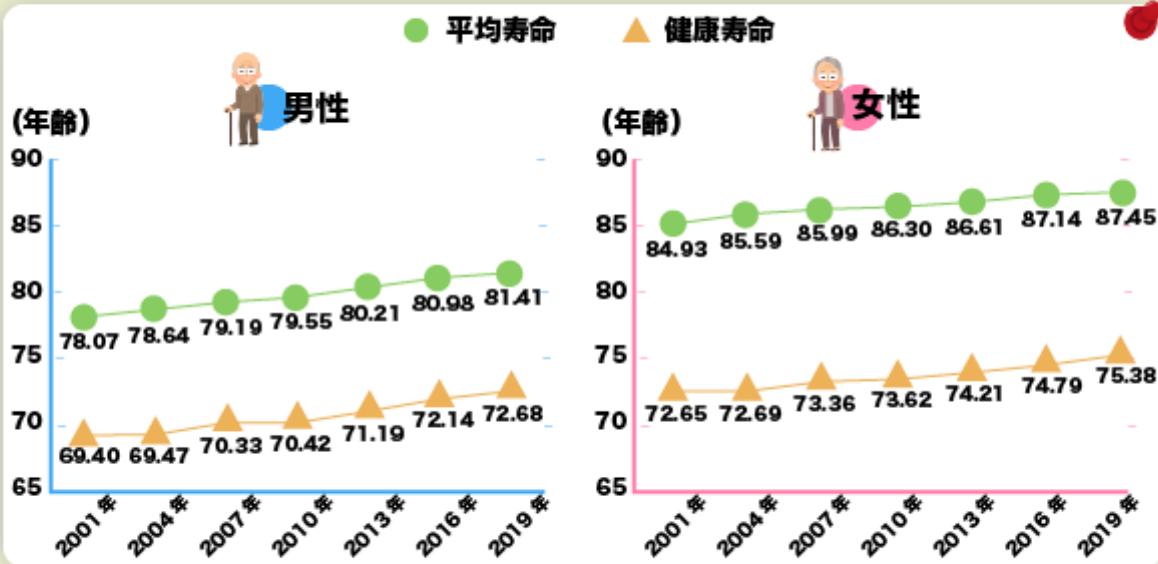
痩せると息切れをしなくなり、  
運動習慣が付いたことでずっと  
悩みだった肩凝りも解消されました。



激しいトレーニングばかりではなく  
その人の身体に合わせた指導をして下さり、  
運動も食事も無理なく実施出来ました♪

運動は死亡率を低下させると言われています。  
健康寿命を伸ばす意味でも運動は必須です！

## 平均寿命と健康寿命の推移



出典：「健康寿命の令和元年値について」厚生労働省

<https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/000872952.pdf>

パーソナルトレーニングジム「CLUB-J」様とのタイアップだから出来る新コースになります。1歩前に踏み出さないと景色は同じです。この機会に自身の身体と向き合い、新しい自分探ししませんか？



NEW



# 血管 ドック

※2025/3/31まで限定料金 **66,000(税込)**

自覚症状がないから大丈夫と思っていないですか？  
日本人の罹患率上位の“心筋梗塞”や“脳卒中”の原因になる  
動脈硬化をクローズアップ！

血圧が気になる方・40歳以上の方におすすめ

**新しい検査項目を加えた新コース登場！！**

スタンダード日帰りコース内容に加えて、①②③④⑤⑥が入ったコースになります。

## ①推定塩分摂取量

当コース限定

検尿で塩分摂取量を測定します。塩分をとりすぎると、高血圧になりやすく、動脈硬化の進行や腎臓に負担をかける可能性があります。

## ②超悪玉コレステロール検査

新検査

悪玉コレステロールよりも微粒で、動脈硬化を引き起こす超悪玉コレステロール(LDLコレステロール)の量を調べます。

## ③ABI検査

手と足の血圧の比較や脈波の伝わり方を調べる事で動脈硬化の程度を調べます。

## ④頸動脈超音波検査

首周りにある心臓から脳に血液を送る頸動脈に向けて超音波をあて、動脈硬化の有無を調べます。

## ⑤ LOX-index検査

動脈硬化の進行から将来の脳梗塞・心筋梗塞の発症までを予測（発症危険度を評価）する血液検査です。

## ⑥NT-ProBNP検査

心臓から分泌されるホルモンで、心臓に負担がかかると増加します。血液で簡単に検査ができ、心電図と併用することによって軽症、無症候性の心不全や狭心症の検出に有用です。

スタンダードコースに単品でオプションを申し込むより

**4,950円(税込)お得です！**

年に一度の人間ドックで、あなたの血管の状態や生活習慣リスクを確認してみましょう。





# 血管ドックコース

66,000円(税込)

胃の検査は、内視鏡(経口または経鼻)/胃透視検査からお選びいただきます。

**当コース限定の推定食塩摂取量測定や、新オプションの超悪玉(sd-LDL)コレステロール検査を加え、動脈硬化を重点的に検査できるコースです。**

※セット検査になりますので胃の検診を含め、未実施項目での減額はございません。

内科診察	問診	●
	聴打診	●
	血圧・脈拍	●
	健康調査	●
身体計測	身長	●
	体重	●
	BMI	●
	腹囲	●
	骨密度	●
	聴力(1000Hz・4000Hz)	●
栄養指導	栄養指導	●
眼科系検査	視力検査	●
	眼底検査(両眼)	●
	眼圧検査	●
		●
呼吸器系検査	胸部X線検査(正面・側面)	●
	肺機能測定	●
心電図	安静時12誘導心電図	●
動脈硬化	ABI/PWV	●
	頸動脈超音波検査	●
内臓脂肪	内臓脂肪量測定(CT使用)	●
消化器系検査	上部(胃)内視鏡検査	● 選択
	胃透視検査(バリウム使用)	●
	胃ABC健診(採血にて)	●
	腹部超音波検査	●
	下部(大腸)内視鏡検査	●
	便潜血検査(2日法)	●
尿検査 試験紙法	尿糖	●
	尿蛋白	●
	尿潜血	●
	尿ウロビリノーゲン	●
	尿ビリルビン	●
	尿比重	●
	尿pH	●
	尿ケトン体	●
		●
		●
尿沈渣	尿沈渣	●
血液学検査	赤血球数	●
	白血球数	●
	血色素量(ヘモグロビン量)	●
	ヘマトクリット	●
	血小板数	●
	MCV(平均赤血球容積)	●
	MCH(平均赤血球血色素量)	●
	MCHC(平均赤血球血色素濃度)	●
	血液像検査(白血球5分画)	●

血液 生化学検査	総蛋白	●
	アルブミン	●
	総ビリルビン	●
	直接ビリルビン	●
	AST(GOT)	●
	ALT(GPT)	●
	アルカリ性ホスファターゼ(ALP)	●
	γ-GTP	●
	乳酸脱水素酵素(LDH)	●
	コリンエステラーゼ	●
	アミラーゼ	●
	尿素窒素	●
	クレアチニン(eGFR値含む)	●
	ナトリウム	●
	カリウム	●
	クロール	●
	カルシウム	●
	無機リン	●
	尿酸	●
	血糖	●
	HbA1c	●
	総コレステロール	●
	HDLコレステロール	●
	non-HDLコレステロール	●
LDLコレステロール	●	
超悪玉コレステロール	●	
中性脂肪(TG)	●	
血清鉄	●	
不飽和鉄結合能(UIBC)	●	
総鉄結合能(TIBC)	●	
CRP	●	
CK	●	
フェリチン	●	
アディポネクチン	●	
甲状腺 機能検査	FT3	
	FT4	
(血液検査)	TSH	
甲状腺検査	甲状腺エコー検査	
血液 腫瘍マーカー	CEA	●
	AFP	●
	CA19-9	●
	PSA(男性専用)	
	CA125(女性専用)	
	女性がんセット(腫瘍マーカー)	
	NT-ProBNP検査	●
	B型肝炎ウイルス抗原(HBsAg)	●
	C型肝炎ウイルス抗体(HCVAb)	●
リウマチ検査(RF法)	●	
その他	LOX-index	●



●はスタンダード日帰りコースに追加した検査項目です。



新検査!

# 推定塩分摂取量測定

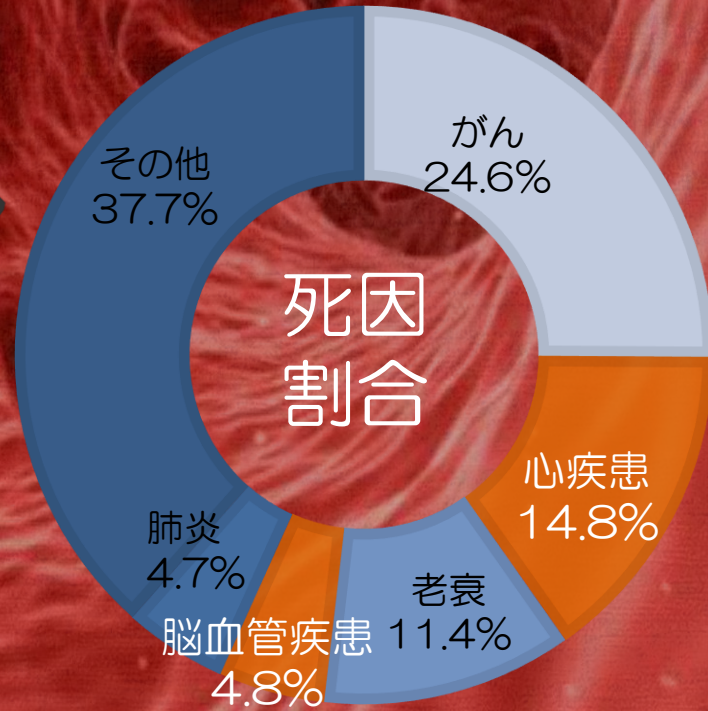
検尿から抽出する尿中ナトリウム・尿中クレアチニンの数値から、食塩摂取量を計測します。



塩分を取りすぎると・・・

血液中のナトリウム濃度を元に戻そうとして水分を取り込むため血液量が増え、血管への圧力が高まるため、高血圧を引き起こします。

令和4年度人口動態統計



塩分の取りすぎは様々な病気を引き起こします。代表的なものに、動脈硬化の要因である高血圧があります。動脈硬化は放っておくと脳血管疾患や心疾患につながります。

血管が狭くなり詰まる

心不全・心肥大・高血圧症

血管が破れやすくなる

脳出血・くも膜下出血

心臓に負荷がかかる

狭心症・心筋梗塞・脳梗塞



高血圧や動脈硬化疾患は、自覚症状がないためしっかりと予防することが大切です。

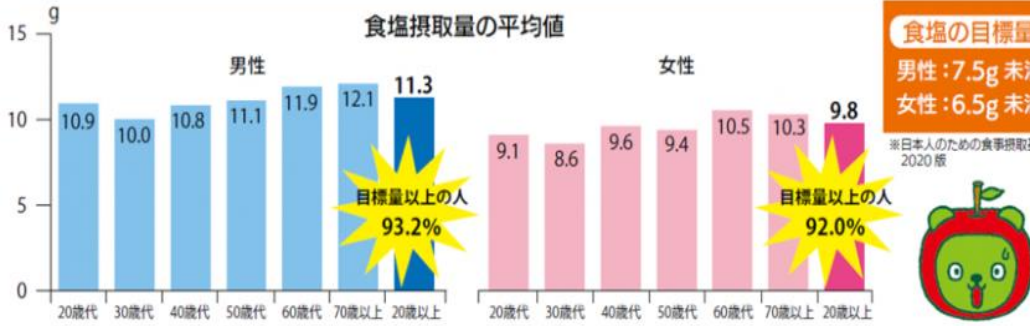




# 漬物文化の長野県では…？

## 県民の約9割が食塩とり過ぎ！

1日あたりの食塩摂取量の平均値は、男性 11.3g、女性 9.8g で、男女ともに約9割が食塩をとり過ぎています！



若い年代では「調味料」から摂取する割合が高く、  
高い年代では「漬物」や「魚介加工品」から摂取する割合が高くなっています。

## ★check★

- 最近よくのどが渇く
- 走ると胸が苦しくなる
- 手足がしびれる
- 足がつることが多い
- 夜中にトイレに起きる
- 少し動くと息が切れる
- 足や顔がよくむくむ
- 濃い味が好き
- 血圧が高め
- コレステロール高め
- 中性脂肪が高め
- 運動不足

転載元：飯田保険事務所「健康増進普及月間・食生活改善普及運動」

## 塩分の取りすぎは

- ✓ むくみ
- ✓ 骨粗鬆症
- ✓ 高血圧
- ✓ 尿路結石
- ✓ 腎臓病
- ✓ 胃がん

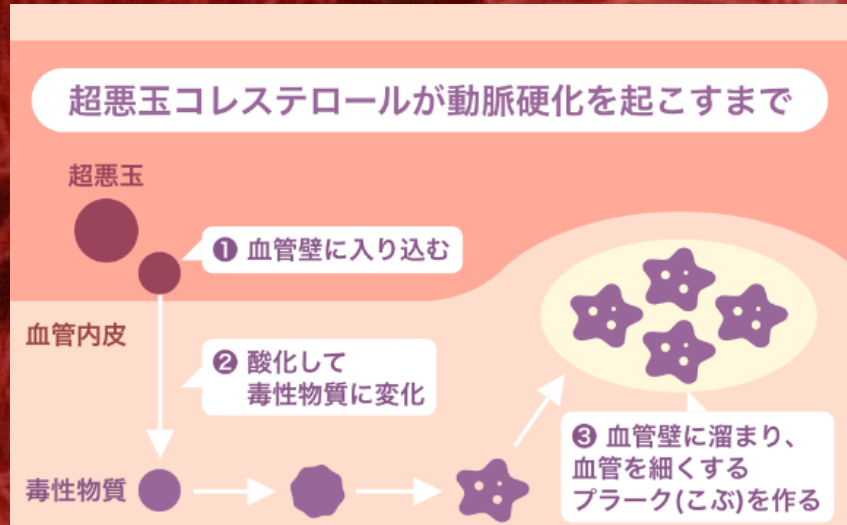
のリスクも高める可能性があります。

新検査！

# 超悪玉コレステロール検査

採血によって動脈硬化を引き起こす超悪玉コレステロール(sd-LDLコレステロール)量を調べます。

超悪玉コレステロールはほかのコレステロールより小さいため、血管壁を通り抜けやすい性質があります。血管壁に溜まった超悪玉コレステロールは血管の詰まりを起こす原因になります。



スマート脳ドック

△悪玉コレステロールの数値が低くても、超悪玉コレステロールの割合が高く、血管が詰まりやすい状態である可能性があります。



# 女性専用ドックプラン



レディース日帰りコース 70,400円(税込)

40歳以上の女性におすすめ

当コースは、(月)(火)(水)(木)(金)のみのご案内となります。

スタンダード日帰りコースに、女性に人気のオプション検査  
子宮がん検診(HPV検査含む)、マンモグラフィー検査(2方向)、  
乳房超音波検査、女性がんセット、動脈硬化検査(ABI/PWV)、  
骨密度検査 が標準で含まれているコースとなります。

各オプションを単体でお申し込みいただくよりも大変お得に  
ご受診いただけます。

## HPV検査?



HPV(ヒトパピローマウイルス)は皮膚や粘膜に感染するウイルスで  
100種類以上のタイプがあります。

その中でハイリスク型HPVが子宮頸がんの原因になると考えられています。

(16型および18型が起因している可能性が極めて高いため

当院では16型18型その他ハイリスク型を調べるタイプの検査を行います)

※簡易ジェノタイプ判定

細胞診とHPV検査の併用で検診の精度がほぼ100%になります。

子宮頸がんの原因は、ほぼ100%HPVであるため、HPV検査を受ければ  
感染の有無を調べることが出来ます。

## レディースドックの 乳がん健診

正確な診断のためには乳房超音波とマンモグラフィの併用が理想です。

個人の乳腺濃度によって推奨される検査が異なりますが、レディースドックでは  
乳房超音波検査(エコー)と乳房X線検査(マンモ)両方検査します。

「40歳を過ぎた方は2年に1度はマンモグラフィを受けましょう」といわれますが、  
毎年受けられても被曝などの問題はありません。



# レディース日帰りコース 70,400円(税込)

胃の検査は、内視鏡(経口または経鼻)/胃透視検査からお選びいただきます。  
 乳がん検診は、**乳房超音波検査と乳房X線検査(2方向)**両方実施します。  
 子宮がん検診は、**子宮頸部細胞診+経膈エコーに加えてHPV検査**も実施します。

※セット検査になりますので胃の検診を含め、未実施項目での減額はございません。

内科診察	問診	●	血液 生化学検査	総蛋白	●
	聴打診	●		アルブミン	●
身体計測	血圧・脈拍	●	総ビリルビン	●	
	健康調査	●	直接ビリルビン		
	身長	●	AST(GOT)	●	
	体重	●	ALT(GPT)	●	
	BMI	●	アルカリ性ホスファターゼ (ALP)	●	
	腹囲	●	γ-GTP	●	
	骨密度	●	乳酸脱水素酵素 (LDH)	●	
栄養指導	聴力 (1000Hz・4000Hz)	●	コリンエステラーゼ	●	
	栄養指導	●	アミラーゼ	●	
眼科系検査	視力検査	●	尿素窒素	●	
	眼底検査(両眼)	●	クレアチニン (eGFR値含む)	●	
	眼圧検査	●	ナトリウム	●	
呼吸器系検査	胸部X線検査 (正面・側面)	●	カリウム	●	
	肺機能測定	●	クロール	●	
心電図	安静時12誘導心電図	●	カルシウム	●	
動脈硬化	ABI/PWV	●	無機リン		
内臓脂肪	内臓脂肪量測定 (CT使用)		尿酸	●	
消化器系検査	上部 (胃) 内視鏡検査	● 選択	血糖	●	
	胃透視検査 (バリウム使用)		HbA1c	●	
	胃ABC健診 (採血にて)		総コレステロール	●	
	腹部超音波検査	●	HDLコレステロール	●	
	下部 (大腸) 内視鏡検査		non-HDLコレステロール	●	
	便潜血検査(2日法)	●	LDLコレステロール	●	
尿検査 試験紙法	尿糖	●	中性脂肪 (TG)	●	
	尿蛋白	●	血清鉄	●	
	尿潜血	●	不飽和鉄結合能 (UIBC)	●	
	尿ウロビリノーゲン	●	総鉄結合能 (TIBC)	●	
	尿ビリルビン	●	CRP	●	
	尿比重	●	CK	●	
	尿pH	●	フェリチン		
	尿ケトン体	●	血液 腫瘍マーカー	CEA	●
尿沈渣	尿沈渣	●	AFP	●	
			CA19-9	●	
血液学検査	赤血球数	●	PSA (男性専用)		
	白血球数	●	CA125(女性専用)		
	血色素量(ヘモグロビン量)	●	女性がんセット (腫瘍マーカー)	●	
	ヘマトクリット	●	B型肝炎ウイルス抗原 (HBsAg)	●	
	血小板数	●	C型肝炎ウイルス抗体 (HCVAb)	●	
	MCV (平均赤血球容積)	●	リウマチ検査 (RF法)	●	
	MCH (平均赤血球血色素量)	●	婦人科検査	内診	●
	MCHC (平均赤血球血色素濃度)	●		子宮頸部細胞診	●
	血液像検査(白血球5分画)	●		経膈エコー	●
				HPV	●
			乳房X線検査 2方向	●	
			乳房超音波検査	●	

●はスタンダード日帰りコースに追加した検査項目です。



# 人気コース



全身ほぐし+足つぼマッサージ付

## おやしドックコース 66,000円(税込)

40代、50代男性にお勧め

家族の為に健康で居てほしい、一生懸命頑張る世の中のおやじを応援したい！気持ちで新設いたしました。身体のお知らせを受け取る気持ちでご受診下さい。



スタンダード日帰りコース内容に加えて、ABI検査、頸動脈超音波検査、内臓脂肪測定、アディポネクチン(血液検査)、PSA(腫瘍マーカー血液検査) が標準で検査内容に含まれます。

### ①ABI検査

手と足の血圧の比較や脈波の伝わり方を調べる事で動脈硬化の程度を調べます。

### ②頸動脈超音波検査

首周りには、心臓から脳に血液を送る頸動脈があります。この頸動脈に向けて、超音波をあて動脈硬化の有無を調べます。

### ③内臓脂肪量測定

CTを用いて脂肪の体積を調べます。

### ④アディポネクチン(血液検査)

アディポネクチンはインスリンの働きを助け、動脈硬化を抑制するなどの重要な働きがあるとされています。

### ⑤PSA(腫瘍マーカー血液検査)

主に前立腺がんの指標となります。

スタンダードコースに単品でオプションを申し込むより  
**3,300円(税込)お得です！**

腹囲85センチオーバーの方、標準体重よりも10キロオーバーの方  
脂質検査高値の方(中性脂肪が基準値を超える方)、血圧が高めの方  
血糖値が高めの方、タバコを吸われる方  
このような方にはこちらのコースをお勧めいたします。



# おやしドックコース 検査内容

胃の検査は、内視鏡(経口または経鼻)/胃透視検査からお選びいただきます。

通常の日帰り人間ドックに、医師が推奨する**5つのオプション検査**が入ったコースになります。

検査終了後、**全身ほぐし+足つぼ(75分)**で日頃の疲れも解消出来ます。

※セット検査になりますので胃の検診を含め、未実施項目での減額はございません。

内科診察	問診	●	血液 生化学検査	総蛋白	●
	聴打診	●		アルブミン	●
	血圧・脈拍	●		総ビリルビン	●
	健康調査	●		直接ビリルビン	
身体計測	身長	●	AST(GOT)	●	
	体重	●	ALT(GPT)	●	
	BMI	●	アルカリ性ホスファターゼ (ALP)	●	
	腹囲	●	γ-GTP	●	
	骨密度		乳酸脱水素酵素 (LDH)	●	
	聴力 (1000Hz・4000Hz)	●	コリンエステラーゼ	●	
栄養指導	栄養指導	●	アミラーゼ	●	
眼科系検査	視力検査	●	尿素窒素	●	
	眼底検査(両眼)	●	クレアチニン (eGFR値含む)	●	
	眼圧検査	●	ナトリウム	●	
呼吸器系検査	胸部X線検査 (正面・側面)	●	カリウム	●	
	肺機能測定	●	クロール	●	
心電図	安静時12誘導心電図	●	カルシウム	●	
動脈硬化	ABI/PWV	●	無機リン		
	頸動脈超音波検査	●	尿酸	●	
内臓脂肪	内臓脂肪量測定 (CT使用)	●	血糖	●	
消化器系検査	上部(胃)内視鏡検査	●選択	HbA1c	●	
	胃透視検査(バリウム使用)		総コレステロール	●	
	胃ABC健診(採血にて)		HDLコレステロール	●	
	腹部超音波検査	●	non-HDLコレステロール	●	
	下部(大腸)内視鏡検査		LDLコレステロール	●	
	便潜血検査(2日法)	●	中性脂肪(TG)	●	
尿検査 試験紙法	尿糖	●	血清鉄	●	
	尿蛋白	●	不飽和鉄結合能(UIBC)		
	尿潜血	●	総鉄結合能(TIBC)		
	尿ウロビリノーゲン	●	CRP	●	
	尿ビリルビン	●	CK	●	
	尿比重	●	フェリチン		
	尿pH	●	アディポネクチン	●	
	尿ケトン体	●	血液		
尿沈渣	●	腫瘍マーカー			
血液学検査	赤血球数	●	CEA	●	
	白血球数	●	AFP	●	
	血色素量(ヘモグロビン量)	●	CA19-9	●	
	ヘマトクリット	●	PSA(男性専用)	●	
	血小板数	●	CA125(女性専用)		
	MCV(平均赤血球容積)	●	女性がんセット(腫瘍マーカー)		
	MCH(平均赤血球血色素量)	●	B型肝炎ウイルス抗原(HBsAg)	●	
	MCHC(平均赤血球血色素濃度)	●	C型肝炎ウイルス抗体(HCVAb)	●	
	血液像検査(白血球5分画)	●	リウマチ検査(RF法)	●	
			免疫学検査		
		<b>全身ほぐし+足つぼ 75分</b>		●	

●はスタンダード日帰りコースに追加した検査項目です。



# 人気コース



全身ほぐし+足つぼマッサージ付

## 健美ドックコース 66,000円(税込)

40代、50代の女性・男性にお勧め

体の内面も美しく健康で居たい。より健康意識が高い方へお勧めのプランです。

スタンダード日帰りコース内容に加えて、骨密度測定、ABI検査、内臓脂肪測定、甲状腺機能検査（血液検査）、甲状腺エコー検査、PSA又はCA125(腫瘍マーカー血液検査) が標準で検査内容に含まれます。

### ①骨密度測定

X線を用いて骨の中にあるカルシウム・マグネシウムなどのミネラル成分がどのくらいの量があるのかを計測します。

### ②ABI検査

手と足の血圧の比較や脈波の伝わり方を調べる事で動脈硬化の程度を調べます。

### ③内臓脂肪量測定

CTを用いて脂肪の体積を調べます。

### ④甲状腺機能検査（血液検査）

新陳代謝や交換神経の働きを調整している各ホルモンの値を血液検査で測定します。

### ⑤甲状腺エコー検査

喉の部分にある甲状腺に超音波をあて、甲状腺の大きさ、腫瘍病変の位置や大きさ、性状などを調べます。

### ⑥PSA(男性)またはCA125(女性)（腫瘍マーカー血液検査）

PSA：主に前立腺がんの指標となります。

CA125：主に卵巣がん、子宮がんの指標となります。

スタンダードコースに単品でオプションを申し込むより

**4,070円(税込)お得です！**

年中汗が出る方、なんとなくだるい方、疲れやすい方  
無気力になる方、冷え症の方、いつも眠い方  
このような方にはこちらのコースをお勧めいたします。



# 健美ドックコース 検査内容

胃の検査は、内視鏡(経口または経鼻)/胃透視検査からお選びいただきます。

通常の日帰り人間ドックに、医師が推奨する**6つのオプション検査**が入ったコースになります。

検査終了後、**全身ほぐし+足つぼ(75分)**で日頃の疲れも解消出来ます。

※セット検査になりますので胃の検診を含め、未実施項目での減額はございません。

内科診察	問診	●	血液 生化学検査	総蛋白	●
	聴打診	●		アルブミン	●
身体計測	血圧・脈拍	●	総ビリルビン	●	
	健康調査	●	直接ビリルビン	●	
	身長	●	AST(GOT)	●	
	体重	●	ALT(GPT)	●	
	BMI	●	アルカリ性ホスファターゼ (ALP)	●	
	腹囲	●	γ-GTP	●	
	骨密度	●	乳酸脱水素酵素 (LDH)	●	
	聴力 (1000Hz・4000Hz)	●	コリンエステラーゼ	●	
栄養指導	栄養指導	●	アミラーゼ	●	
	眼科系検査	●	尿素窒素	●	
眼科系検査	視力検査	●	クレアチニン (eGFR値含む)	●	
	眼底検査(両眼)	●	ナトリウム	●	
	眼圧検査	●	カリウム	●	
呼吸器系検査	胸部X線検査 (正面・側面)	●	クロール	●	
	肺機能測定	●	カルシウム	●	
心電図	安静時12誘導心電図	●	無機リン	●	
動脈硬化	ABI/PWV	●	尿酸	●	
	頸動脈超音波検査	●	血糖	●	
内臓脂肪	内臓脂肪量測定 (CT使用)	●	HbA1c	●	
消化器系検査	上部 (胃) 内視鏡検査	●	総コレステロール	●	
	胃透視検査 (バリウム使用)	●	HDLコレステロール	●	
	胃ABC健診 (採血にて)	●	non-HDLコレステロール	●	
	腹部超音波検査	●	LDLコレステロール	●	
	下部 (大腸) 内視鏡検査	●	中性脂肪 (TG)	●	
	便潜血検査(2日法)	●	血清鉄	●	
尿検査 試験紙法	尿糖	●	不飽和鉄結合能 (UIBC)	●	
	尿蛋白	●	総鉄結合能 (TIBC)	●	
	尿潜血	●	CRP	●	
	尿ウロビリノーゲン	●	CK	●	
	尿ビリルビン	●	フェリチン	●	
	尿比重	●	アディポネクチン	●	
	尿pH	●	甲状腺 機能検査 (血液検査)	FT3 ●	
	尿ケトン体	●	甲状腺検査	FT4 ●	
尿沈渣	尿沈渣	●	甲状腺エコー検査	TSH ●	
	血液学検査	●	甲状腺エコー検査	●	
血液学検査	赤血球数	●	血液	CEA ●	
	白血球数	●	腫瘍マーカー	AFP ●	
	血色素量(ヘモグロビン量)	●		CA19-9 ●	
	ヘマトクリット	●		PSA (男性専用) ●	
	血小板数	●		CA125(女性専用) ●	
	MCV (平均赤血球容積)	●		女性がんセット (腫瘍マーカー) ●	
	MCH (平均赤血球血色素量)	●	血液	B型肝炎ウイルス抗原 (HB s Ag) ●	
	MCHC (平均赤血球血色素濃度)	●	免疫学検査	C型肝炎ウイルス抗体 (HCVAb) ●	
	血液像検査(白血球5分画)	●		リウマチ検査 (RF法) ●	
				<b>全身ほぐし+足つぼ 75分</b> ●	

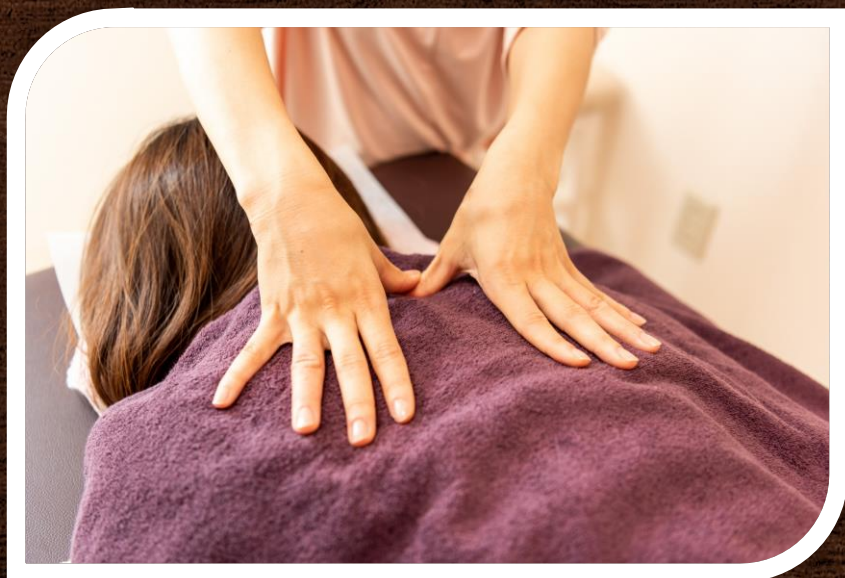
●はスタンダード日帰りコースに追加した検査項目です。



# おやじドック・健美ドック 限定特典

長野市 リラクゼーションサロン いやしの森 様  
での全身マッサージ+足つぼコース(75分)  
利用券をお渡しいたします。

頑張る自分へのご褒美として  
癒やしの時間をご体験下さい。



施術は当日午後でも可（要予約）

後日、施術をご希望される方は  
受診日より1年以内にご予約を  
お願いいたします。

いやしの森  
長野市南千歳1-8-4  
西2号店舗第2共同ビル1F  
電話番号:026-217-8232

地図はこちらから

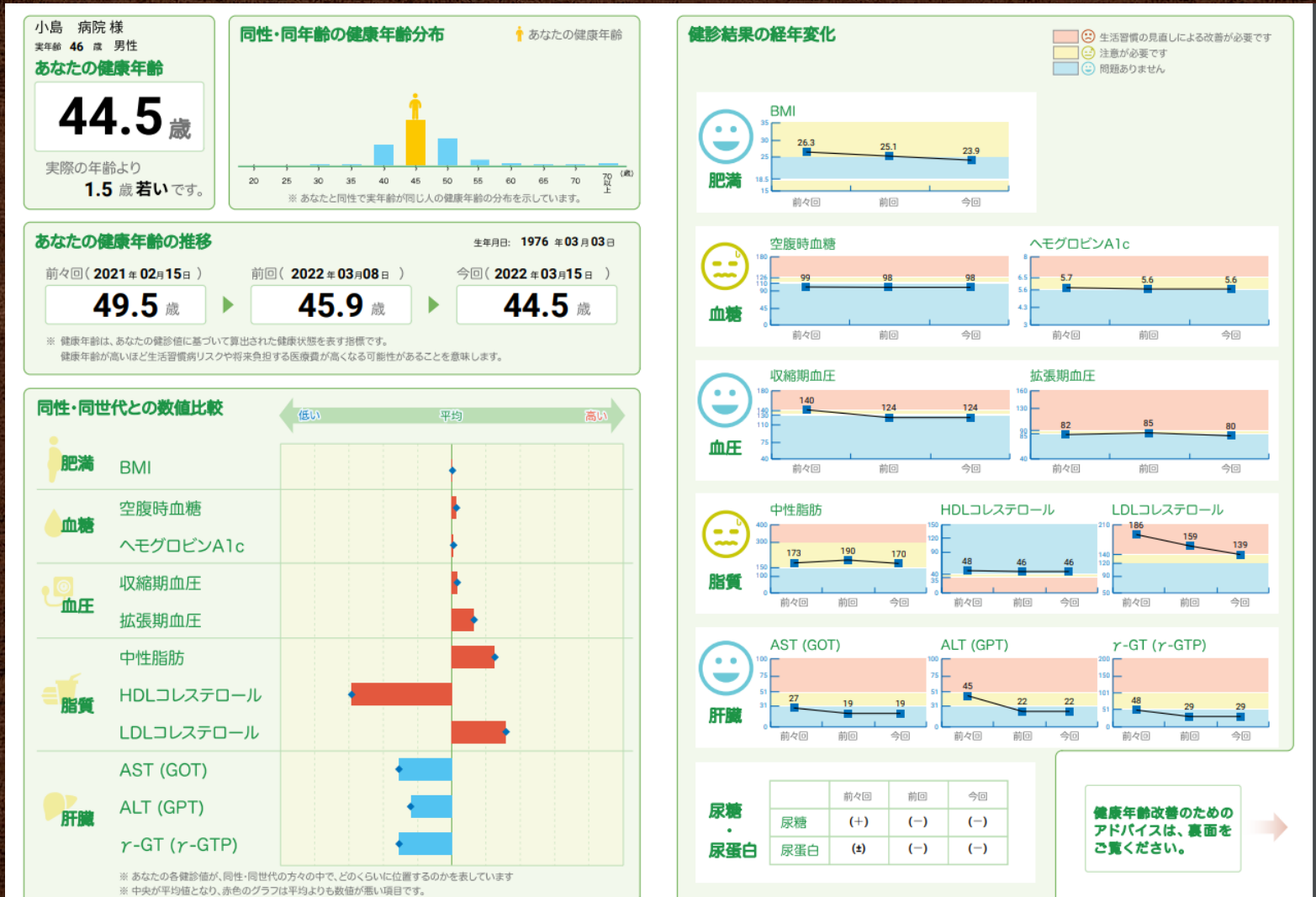




# プレミアムドック・おやじドック・レディースドック 健美ドック・REスタートドック・血管ドック

## 限定特典

上記6コースご受診のお客様へ【健康年齢レポート】を結果表と一緒に送ります。



## 健診結果の経年変化

毎年ご受診いただくことで、グラフ化され、生活習慣の見直しに役立ちます。

## 健康年齢改善のアドバイス

160万人以上のレセプト(受診)データの中で同性・同世代の数値と、ご自身の数値を比較し、健康年齢の若返りに成功した方々の平均的な改善率から、目標数値のアドバイスをします。



# 協会けんぽの補助を利用しての 人間ドック受診のご案内

全てのコースでご利用可能

- 全国健康保険協会(協会けんぽ)に加入している  
年度35歳以上の方(被保険者の方)は、  
生活習慣病予防健診の補助額13,583円を  
利用してご受診いただけます。

(例)スタンダード日帰りコースの場合  
44,000円(税込) → 30,417円(税込)

健康保険 被保険者証	本人(被保険者)	00111
		平成26年6月25日交付
	記号 21700023	番号 21
氏名	知 協会 太郎	
生年月日	平成 元年 5月 10日	
性別	男	
資格取得年月日	平成 26年 6月 1日	
事業所名称	<input type="radio"/> 株式会社	
保険者番号	01010016	
保険者名称	全国健康保険協会 <input type="radio"/> 支部	
保険者所在地	<input type="radio"/> 市 <input type="radio"/> 区 <input type="radio"/> 町 <input type="radio"/> - <input type="radio"/> - <input type="radio"/>	

こちらの保険証をお持ちの方専用のコースになります。



- ◆こちらの青い保険証をお持ちの方限定◆  
本人(被保険者と記載がある方)のみです。



	検査項目	スタンダード日帰り	協会一般
内科診察	問診	●	●
	聴打診	●	●
	血圧・脈拍	●	●
	健康調査	●	●
身体計測	身長	●	●
	体重	●	●
	BMI	●	●
	腹囲	●	●
	聴力 (1000Hz・4000Hz)	●	●
栄養指導	栄養指導	●	
眼科系検査	視力検査	●	●
	眼底検査(両眼)	●	
	眼圧検査	●	
呼吸器系検査	胸部X線検査 (正面・側面)	●	●(正面のみ)
	肺機能測定	●	
心電図	安静時12誘導心電図	●	●
消化器系検査	上部(胃)内視鏡検査	●選択	●選択
	胃透視検査(バリウム使用)		
	腹部超音波検査	●	
	便潜血検査(2日法)	●	●
尿検査 試験紙法	尿糖	●	●
	尿蛋白	●	●
	尿潜血	●	●
	尿ウロビリノーゲン	●	
	尿ビリルビン	●	
	尿比重	●	
	尿pH	●	
	尿ケトン体	●	
尿沈渣	尿沈渣	●	
血液学検査	赤血球数	●	●
	白血球数	●	●
	血色素量(ヘモグロビン量)	●	●
	ヘマトクリット	●	●
	血小板数	●	
	MCV (平均赤血球容積)	●	
	MCH (平均赤血球血色素量)	●	
	MCHC (平均赤血球血色素濃度)	●	
	血液像検査(白血球5分画)	●	
	血液 生化学検査	総蛋白	●
アルブミン		●	
総ビリルビン		●	
AST(GOT)		●	●
ALT(GPT)		●	●
アルカリ性ホスファターゼ (ALP)		●	●
γ-GTP		●	●
乳酸脱水素酵素 (LDH)		●	
コリンエステラーゼ		●	
アミラーゼ		●	
尿素窒素		●	
クレアチニン (eGFR値含む)		●	●
ナトリウム		●	
カリウム		●	
クロール		●	
カルシウム		●	
尿酸		●	●
血糖		●	●
HbA1c		●	●
総コレステロール		●	●
HDLコレステロール		●	●
non-HDLコレステロール		●	
LDLコレステロール		●	●
中性脂肪 (TG)	●	●	
non-HDLコレステロール	●		
血清鉄	●		
CRP	●		
CK	●		
血液 腫瘍マーカー	CEA	●	
	AFP	●	
	CA19-9	●	
血液 免疫学検査	B型肝炎ウイルス抗原 (HBs Ag)	●	
	C型肝炎ウイルス抗体 (HCVAb)	●	
	リウマチ検査 (RF法)	●	

赤字が協会一般

(生活習慣病予防健診)では  
実施しない検査項目になります。

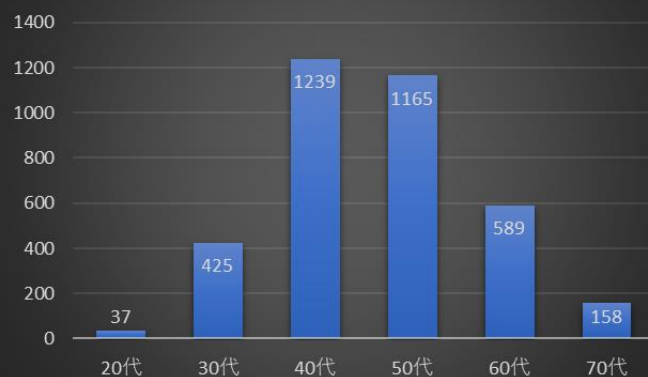
生活習慣病予防健診と  
日帰り人間ドックは  
こんなに内容違います！

40代・50代・60代の方

ご自身のため  
ご家族のため  
今年人間ドックを  
受診しませんか？



2022年人間ドック受診者数





# 国保(長野市)の補助を利用しての 人間ドック受診のご案内

全てのコースでご利用可能

- 長野市国民健康保険(国保)に加入している  
年度35歳以上の方は**15,000円の補助**を利用して  
ご受診いただけます。

(75歳以上の方は、7,500円補助となります)

(例)スタンダード日帰りコースの場合

44,000円(税込)→**29,000円(税込)**



長野県  
国民健康保険 有効期限 令和 5年 7月31日  
被保険者証 発効期日 令和 4年 8月 1日  
後期高齢者医療給付者証 記号 ○ 番号 ○○○○○○ (扶養)○○  
被保険者  
氏名 国保 次郎  
生年月日 昭和 24年 4月 1日 性別 男 16公費 21公費  
適用開始年月日 平成 29年 7月 1日 負担割合 2割 自己負担なし  
交付年月日 令和 4年 8月 1日  
世帯主氏名 国保 太郎  
住 所 長野市大字鶴岡緑町1613番地  
保険者番号 ○○○○○○ 交付者名 見本



## 対象者

○長野市国民健康保険に加入している35歳以上の人

○後期高齢者医療制度に加入している長野市民

以下の人は対象外となります。

- 令和5年度国保特定健診、後期高齢者健診、市役所および支所にて  
30歳代の国保健診を受診した人又は受診予定のある人

## 予約の流れ

○当院に受診の予約をして下さい。

○受診日の1ヶ月前から前日までに補助券の申請を行って下さい。

※補助券は受診日に必要です。 ※市役所または支所にて申請



# 2023年人気OPランキング

2023年に人間ドック・健康診断を受診された方が申し込まれた人気のオプション検査です。ご予約の際は、ぜひご検討下さい。

## 男性ランキング

- ① PSA(血液腫瘍マーカー検査)
- ② 血液腫瘍マーカー基本セット
- ③ 動脈硬化検査(ABI/PWV)
- ④ 腹部超音波検査
- ⑤ 胸部CT検査
- ⑥ 腹部CT検査
- ⑦ 眼底・眼圧検査(両眼)
- ⑧ 抗p53抗体(血液検査)
- ⑨ 消化器がんセット(血液検査)
- ⑩ LOX-index(血液検査)

## 女性ランキング

- ① 子宮がん検診
- ② 乳房超音波検査
- ③ 骨密度検査
- ④ 乳房X線(マンモグラフィー)検査
- ⑤ 腹部超音波検査
- ⑥ 動脈硬化検査(ABI/PWV)
- ⑦ 女性がんセット(血液検査)
- ⑧ 血液腫瘍マーカー基本セット
- ⑨ 眼底・眼圧検査(両眼)
- ⑩ アレルギー検査 View39+2

☆血液腫瘍マーカー基本セット 6,600円(税込)

●おすすめ：当院で多くの方が選ぶ腫瘍マーカーのセットです。

通常単品で申し込むよりお得です。

おすすめ!

●検査項目：CEA・AFP・CA19-9

3つの腫瘍マーカーのセットです。

当パンフレットに記載の人間ドックコースには、標準でCEA・AFP・CA19-9検査が含まれております。

☆骨密度測定検査 **おすすめ!** 1,320円(税込)

●おすすめ：高齢または出産経験のある女性

●発見される主な疾患：骨粗しょう症

●検査内容：X線を用いて骨の中にあるカルシウム・マグネシウムなどのミネラル成分がどのくらいの量あるのかを計測します。このミネラル成分が不足してくると、骨がもろくなり、骨粗しょう症となります。





**NEW**

＼ 40才以上の方にオススメ ／

## MCIスクリーニング検査プラス 23,100円(税込)

### 生活習慣の改善で認知症予防

軽度認知障害

**MCI**プラス  
スクリーニング検査®



～簡単な血液検査です～

認知症早期発見に役立つスクリーニング検査になります。  
認知症の兆候を早期に発見でき、適切な予防を行うことによって  
発症を遅らせたり予防できることがわかってきております。  
適切な予防を行わずに過ごすと5年で半数以上の方が認知症に  
進行すると言われております。

詳しくはWEBサイトでご確認下さい。

認知症予防習慣 MCI

検索



詳細はこちら

### MCIスクリーニング検査プラスとは

あなたの現在の「MCI = 軽度認知障害」の可能性・将来のリスクがわかる検査です。  
簡単な血液検査でアルツハイマー型認知症の発症原因と考えられる物質が蓄積されやすいか  
どうかを調べ、リスクを評価します。

## ＼ こんな方にオススメします ／



血圧・血糖値が高め



ストレスを感じる



運動不足



睡眠不足



食生活の乱れ



新しい検査で  
発症危険度を  
チェック!

血液検査でわかる脳梗塞・心筋梗塞の可能性

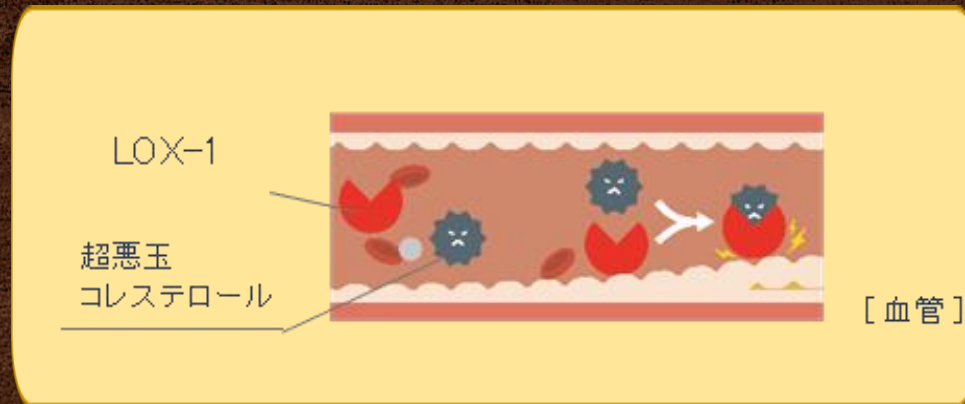
# LOX-index<sup>®</sup>

ロックス・インデックス

検査費用:14,300円(税込)

検査では血液中の酸化した超悪玉コレステロール [酸化変性LDL] とそれを血管の壁に取り込んで動脈硬化を進ませる [LOX-1] というタンパク質を測定します。

動脈硬化の進行から将来の脳梗塞や心筋梗塞の発症危険度 (リスク) を評価します。



## このような方にお勧めします

- ・40歳以上の方
- ・家族に脳梗塞や心筋梗塞にかかった方がいる方
- ・高血圧・脂質異常症・糖尿病にかかっている方
- ・喫煙歴が長い方
- ・動脈硬化が気になる方



詳細はこちら

## ABI検査 と LOX-index検査の違い

### ABI検査 とは?

ABIとは足首と上腕の血圧の比のことで、動脈の狭窄や閉塞を評価する指標です。

健常の方では足首の血圧は上腕の血圧よりやや高くなっていますが、下肢血管の動脈に狭窄や閉塞があると、その部分の血流が悪くなり血圧は低くなります。

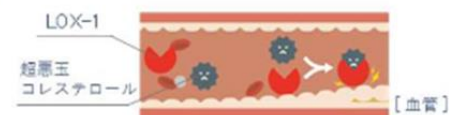
このことから上腕と足首の血圧を同時に測定することで血管の狭窄の程度 (動脈硬化の進行度合い) がわかります。



### LOX-index<sup>®</sup> とは?

LOX-index<sup>®</sup>では動脈硬化の進行メカニズムに着目し、血液中の酸化した超悪玉コレステロール [酸化変性LDL] と、それを血管内へ取り込むことで動脈硬化を進行させる [LOX-1] というタンパク質を測定しています。

動脈硬化が進行する前段階から、「動脈硬化の進みやすさ」を評価することで、より早い段階から予防に繋げていただくことができます。





新規  
オプション  
検査



採便のみで簡単に検査できます



詳細はこちら

『すべての病気は腸から始まる』

/ヒポクラテス

腸内フローラ検査サービス

Flora Scan®

フローラスキャン

検査費用:16,500円(税込)



便秘・下痢

ストレス

お腹のはり

日本人の7~8人に1人が便秘などのお腹の悩みを抱えているといわれています。  
便秘や下痢、お腹のなどの不調は、腸内環境が関係しているかもしれません。

### 腸内フローラとは？

ヒトの腸内には数100種類以上、約100兆個もの細菌が住みついています。このような腸内に住みつく様々な腸内細菌をまとめて「腸内細菌叢」と呼びます。腸内の壁面に多くの細菌がびっしりと生息している様子を、お花畑に例え「腸内フローラ」とも呼ばれています。腸内フローラのバランス（細菌の種類や量）は、一人ひとり異なり、ライフスタイルによって大きく変化していくことが知られています。

### 腸内フローラと疾患の関わり

様々な研究において腸内フローラが、あらゆる疾患と深く関わっていることが、明らかになりつつあります。腸内フローラのバランスを保つことは、病気を予防し、健康を維持するために重要であると考えられています。

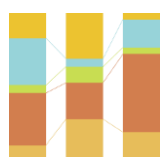


## Flora Scan® でわかること



### 腸内フローラのタイプ

腸内フローラのタイプは、国や地域によってことなるため、Flora Scan®では日本人に特化したデータに基づき評価しています。



### 腸内フローラの構成

菌の種類別（“属”レベル）の構成比率によって腸内の状態を調べており、自身の腸内フローラのバランスを知ることができます。



### 疾患との関連性

腸内フローラと疾患との関連性を評価しています。関連性を知り、腸内フローラを改善することは疾患の発症を予防するためにも重要です。



### 腸内環境の変化

過去の受診結果との比較を行うことが可能です。食生活などの改善により、腸内フローラがどう変化するかを把握しましょう。



### 注目の有用菌

様々な研究によりカラダにより働きをする菌が明らかとなりました。Flora Scan®では自身の保有する有用菌を知ることができます。



# 誕生日受診特典のご案内



健康維持のため、毎年の人間ドックは  
誕生日に受診してはいかがでしょうか。

誕生日に、人間ドックをご受診いただいた方へ  
長野市のみそ専門店 酢屋亀本店様のオリジナル商品他  
いずれか1点をプレゼントいたします！

※お渡し可能なコースに指定がございます。  
詳しくはお問い合わせ下さい。



フキノトウそのまま 旬の苦味  
大人の味 ふき味噌



今治タオルハンカチ  
※お好きな色 1点お選びいただきます



フリーズドライ味噌汁  
ずくいらす  
エリンギ/とき玉/とうふ セット



善光寺門前甘酒



# 高気圧酸素カプセルで

心も体もリフレッシュ  
しませんか？



最近疲れが  
溜まっている

勉強や仕事に  
集中したい

健康を  
保ちたい

パフォーマンス  
を上げたい

怪我の治りを  
良くしたい

## 料金案内

60分 2,000円 (税込) / 90分 3,000円 (税込)

断然お得！

★1Fでご受診可

## 回数券案内

大好評の回数券も販売中です♪

60分	4回	7,600円
	8回	14,400円
	12回	20,400円
	24回	33,600円

90分	4回	11,400円
	8回	21,600円
	12回	30,600円
	24回	50,400円

※回数券の有効期限はございません。

※回数券は購入者したご本人様以外の使用も可能です。

LINE  で簡単予約！

初回限定 500円OFFクーポンプレゼント！

TEL : 026-217-3861

(平日8:30-17:00 土曜8:30-12:00)



LINE@0262173861





# あなたは、髪の毛に 自信ありますか？

## 自宅で始める**女性専門**薄毛治療 **2プライス**FAGA治療

Bloom

ブルームプラン

Keep

キーププラン

月額

6,000 税込  
円

OR

月額

9,800 税込  
円



女性専門



診察料無料



全国対応



送料無料

### Point1. 女性専門

当院は女性専門の薄毛治療に特化しており、オンライン診療は女性医師が担当しておりますので安心して受診いただけます。

### Point2. 診察料無料

当院は初診/再診ともに診察料は無料となっております。

### Point3. 全国対応

オンライン診療はお住まいの地域を問わず全国対応しています。

### Point4. 送料無料

送料無料でご自宅にお届けいたします。



まずは相談だけでもいかがですか？

詳細は右のQRコードへアクセス ▶▶▶





# ご予約/お問い合わせ先

人間ドックのご予約、ご相談はお電話にて承ります。  
ご不明な点ございましたら、お気軽にお電話下さい。

〈健診課電話番号〉 **026-217-3862**

〔受付時間〕

月曜日～金曜日/07:30～16:30 (祝日を除く)

土曜日/08:00～11:30



## 駐車場のご案内

病院正面に60台

その他に駐車場①

駐車場②

駐車場③

ございます。

お車でお越しになる際の  
経路はこちらから



## 〈アクセス〉

お車でお越しの際

「長野赤十字病院前」信号機から西へ500m

「荒木」信号機から東へ200m

公共交通機関でお越しの際

アルピコ交通「荒木南」バス停下車 徒歩2分

医療法人平成会

小島病院

長野市若里5-8-6

電話 026-217-3862(健診課)

<https://kojima-hosp.or.jp/doc/>

スマートフォンは  
こちらから

