

# 2026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：2026年4月1日－2027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。

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&香り豊かな一杯をお楽しみください。

2026年4月より全コース細径スコープを導入します。(5-6ミリ程度) 経鼻カメラで使用している細いスコープで経口カメラも実施します。



# 日帰り人間ドックの流れ



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

7:50 / 8:00 / 8:30 / 9:00 / 9:30 / 10:00のいずれかとなります。  
受付時間をご予約時にご選択頂けます。

お食事のご案内 (ご受診日当日、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)
  - ・ジェフグルメカード3,000円分(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 45,100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。

●健診は、健康状態を総合的に調べる検査です。

●検診は、特定の病気を早期発見する検査です。

CEA、AFP、CA19-9（血液腫瘍マーカー検査）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きます。

スタンダードドック、レディースドック、おやじドック  
サイレントドック、骨ドック、血管ドック  
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                | ●   |
|             | 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)     | ●   |
|             | 肺機能検査             | ●   |
| 心電図         | 安静時12誘導心電図・心拍数    | ●   |
| 動脈硬化        | ABI/PWV           |     |
| 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)     |     |
|             | 下部(大腸)内視鏡検査       |     |
|             | 腹部超音波検査           | ●   |
|             | 便潜血検査(2日法)        | ●   |
| 尿検査<br>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<br>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             | ● |
|              | 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        | ● |
|              | 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             |   |
| 血液型検査        | ABO(Rh)           | ● |
| 血液<br>腫瘍マーカー | CEA               | ● |
|              | AFP               | ● |
|              | CA19-9            | ● |
|              | PSA(男性専用)         |   |
|              | CA125(女性専用)       |   |
| 血液<br>免疫学検査  | 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)       | ● |

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 72,600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る

○骨密度検査 ○動脈硬化検査(ABI/PWV) ○内臓脂肪測定検査  
も標準で含まれております。

## 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) X2枚 ※4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)) X2枚 ※グルメカードも可



# プレミアム日帰りコース 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。

コース内オプションとして【 LOX-index + NT-proBNP 】または【胸部&腹部CT】のどちらかを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                | ●   |
|             | 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)     | ●   |
|             | 肺機能検査             | ●   |
| 心電図         | 安静時12誘導心電図・心拍数    | ●   |
| 動脈硬化        | ABI/PWV           | ●   |
| 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)     |     |
|             | 下部(大腸)内視鏡検査       |     |
|             | 腹部超音波検査           | ●   |
|             | 便潜血検査(2日法)        | ●   |
| 尿検査<br>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<br>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            | ●   |
|               | 中性脂肪(TG)              | ●   |
| 血液型検査         | 血清鉄                   | ●   |
|               | 不飽和鉄結合能(UIBC)         | ●   |
|               | 総鉄結合能(TIBC)           | ●   |
|               | CRP                   | ●   |
|               | CK                    | ●   |
|               | フェリチン                 | ●   |
|               | ABO(Rh)               | ●   |
|               | CEA                   | ●   |
|               | AFP                   | ●   |
|               | CA19-9                | ●   |
| 腫瘍マーカー        | PSA(男性専用)             | ●   |
|               | CA125(女性専用)           |     |
|               | 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)           | ●   |
| 血液<br>免疫学検査   | LOX-index & NT-proBNP | ●選択 |
|               | 胸部CT & 腹部CT           |     |
| その他<br>(選択検査) |                       |     |

●はスタンダード日帰りコースに追加した検査項目です。



# 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時頃ご来院頂き、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。

詳細は、お問い合わせ下さい。（契約に準じる）



## スタンダード宿泊コース 72,600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 100,100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                | ●   |
|             | 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）     | ●   |
|             | 肺機能検査             | ●   |
| 心電図         | 安静時12誘導心電図・心拍数    | ●   |
| 動脈硬化        | ABI/PWV           |     |
| 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）     |     |
|             | 下部（大腸）内視鏡検査       | ●   |
|             | 腹部超音波検査           | ●   |
|             | 便潜血検査(2日法)        | ●   |
| 尿検査<br>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<br>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             | ● |
|              | 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        | ● |
|              | 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             |   |
| 血液型検査        | ABO（Rh）           | ● |
| 血液<br>腫瘍マーカー | CEA               | ● |
|              | AFP               | ● |
|              | CA19-9            | ● |
|              | PSA(男性専用)         |   |
|              | CA125（女性専用）       |   |
| 血液<br>免疫学検査  | 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）       | ● |

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



早期の自覚症状がなく、病気の進行に気づきにくい

## 【沈黙の臓器】

そう呼ばれる肝臓・腎臓に焦点を当てたコースが登場しました。

静かなる臓器からのメッセージを受け取ってみませんか…

◎肝臓・腎臓が気になる方におすすめ

新しい検査項目を加えたコース登場！！

スタンダード日帰りコース内容に加えて、①②③④が入ったコースになります。③④は当コース限定検査です。

### ①腹部CT

**限定** ※当コースのみの検査

X線で腹部の断層写真を撮影し、肝臓や腎臓などの腹部の臓器を詳しく観察します。ガスや脂肪の影響を受けないため、エコー検査では見えにくい深部臓器の描出が可能です。

### ②血液 腫瘍マーカーセット

当院オプションの「肝臓がんセット(PIVKA-II)」、「消化器がんセット(DUPAN-2、エラスターゼ1)」に含まれる腫瘍マーカーをまとめてコースに入れ込みました。

### ③亜鉛

**限定**

亜鉛の欠乏や過剰摂取がないか調べます。亜鉛の欠乏は身体に様々な障害を引き起こし、肝硬変の進行にも影響する可能性があります。

### ④尿中アルブミン

**限定**

アルブミンは腎機能障害に伴って尿中排泄量が増加します。尿中アルブミン測定は早期の腎機能低下、特に糖尿病性腎症の発見に役立ちます。

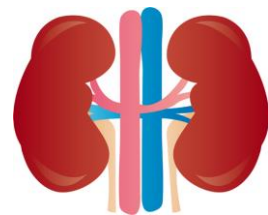
病気の進行に気づきにくい肝臓がんや腎臓がんは、日本人の罹患率も高いがんの一つです。  
この機会に一度検査してみましょう。



# サイレントドックコース

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。

当コース限定の検査を2つ盛り込みました。  
沈黙の臓器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)     | ●   |
|             | 肺機能検査             | ●   |
| 心電図         | 安静時12誘導心電図・心拍数    | ●   |
| 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)     | ●   |
|             | 腹部CT              | ●   |
|             | 下部(大腸)内視鏡検査       | ●   |
|             | 腹部超音波検査           | ●   |
|             | 便潜血検査(2日法)        | ●   |
| 尿検査<br>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             | ●   |
| 尿化学検査       | 尿中アルブミン           | ●   |
| 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<br>生化学検査  | 総蛋白               | ● |
|              | アルブミン             | ● |
| 血液<br>腫瘍マーカー | 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             | ● |
|              | 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        | ● |
|              | 中性脂肪(TG)          | ● |
|              | 血清鉄               | ● |
|              | 不飽和鉄結合能(UIBC)     | ● |
|              | 総鉄結合能(TIBC)       | ● |
|              | 亜鉛                | ● |
|              | CRP               | ● |
|              | CK                | ● |
|              | フェリチン             | ● |
| 血液<br>免疫学検査  | ABO(Rh)           | ● |
|              | CEA               | ● |
|              | AFP               | ● |
|              | CA19-9            | ● |
|              | PSA(男性専用)         | ● |
|              | CA125(女性専用)       | ● |
|              | 肝臓がんセット           | ● |
|              | 消化器がんセット          | ● |
|              | B型肝炎ウイルス抗原(HBsAg) | ● |
|              | C型肝炎ウイルス抗体(HCVAb) | ● |
| 血液<br>免疫学検査  | リウマチ検査(RF法)       | ● |
|              |                   | ● |

●はスタンダード日帰りコースに追加した検査項目です。



# 沈黙の臓器

“肝腎要(かんじんかなめ)”という言葉は肝臓や腎臓が重要な臓器であることに由来しています。  
 大事な臓器である一方、【沈黙の臓器】とも呼ばれ、臓器に異常があっても自覚症状があまりなく、気付かないうちに病気が進行していることがあります。

## 亜鉛検査

体内で合成できない必須ミネラル

多くのタンパク質の活性中心であり、  
 亜鉛が不足すると全身に様々な障害を引き起こします。

不足すると…?

- ・皮膚炎・脱毛
- ・貧血
- ・味覚障害（舌炎）
- ・発育障害
- ・性機能不全
- ・食欲低下
- ・下痢
- ・骨粗しょう症
- ・キズの治りが遅い
- ・免疫力低下



### ◇亜鉛と肝臓の関係

亜鉛は肝臓の線維化(硬変)を抑制するはたらきがあります。

亜鉛が不足すると▽

肝線維でコラーゲンの増生が進み、肝硬変へ発展していく可能性があります。





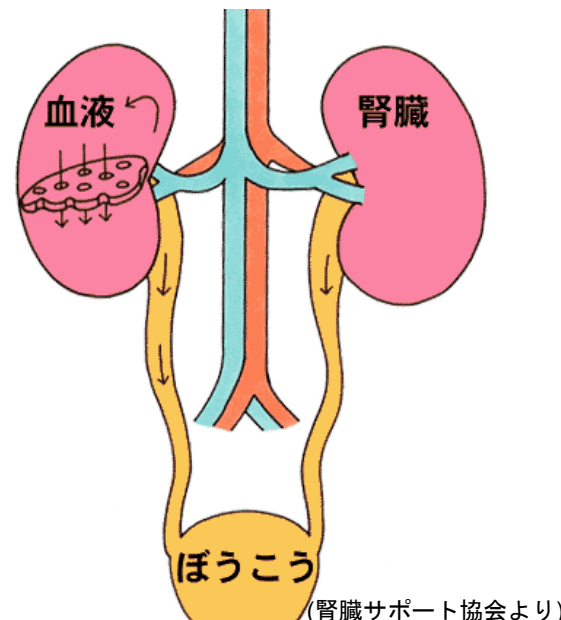
# 尿中アルブミン



## 腎臓のSOSの役割を担う尿検査

腎臓は血液を濾過して老廃物や不要な物質を尿として排泄し、必要な物質は再吸収する役割があります。

通常体内に必要な物質が、尿中で検出された場合、何らかの異常が起きていることを示します。



アルブミンはタンパク質の一種で、腎臓機能が低下し腎臓でタンパク質を吸収しきれなくなると、尿中に漏れ出てきます。

尿中アルブミンは、腎臓障害、特に糖尿病性腎症の早期発見につながるとされています。

**!!こんな時は要注意!!**

### ①尿の不調

#### ①尿が泡立つ

本来腎臓の糸球体フィルター(血液を濾過するフィルター)を通り抜けれられないタンパク質などが尿としてこし出されることで、尿が泡立つことがあります。

#### ②血尿

糸球体フィルターを赤血球が多く通り抜けると、赤や茶色い尿になります。

#### ③尿量の変化

腎臓の機能が低下すると、尿の量が減ったり増えたりするほか、尿の回数が増え、頻尿になることがあります。

### ②体がむくむ

腎臓のろ過機能が低下し、老廃物や塩分を体外に排出できず体内に溜め込むため、むくみやすくなります。

### ③倦怠感・息切れ

十分な量の赤血球が作られず貧血になったり、血圧がうまく調節できないことがあります。それにより、頭痛や腰痛、めまい、だるさや疲れやすいなどの症状が現れます。



52,100円(税込)

このドックは、血液検査と骨密度(骨の量)を測定し、骨粗鬆症のリスクや予防に役立てる検査です。年を重ねてからも強く健康な骨を維持するため、40代・50代から定期的に骨の状態を調べて把握することが大事です。

## 新しい検査項目を加え、骨に特化したコース登場！

スタンダード日帰りコース内容に加えて、①②③④が入ったコースになります。①②③はコース限定です。

**限定** ※当コースのみの検査

### ①TRACP-5b **限定**

骨吸収（古い骨を削る力）を示します。

この数値が高いと、古くなった骨が溶け出す能力が高いことになります。

### ②total P1NP **限定**

骨形成（新しい骨を作る力）を示します。

この数値が低いと、弾力性のある骨を作る能力が低いことになります。

### ③25OHビタミンD **限定**

ビタミンDが不足すると骨粗鬆症のリスクが高まります。ビタミンDを摂取することは骨密度の低下を抑制することや骨粗鬆症の予防と治療に有用といえます。

### ④骨密度検査（前腕骨）

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れくらいの量あるかを計測します。

このミネラル成分が不足してくると、骨がもろくなり、骨粗鬆症となります。



人間ドックで、あなたの骨の状態や生活習慣リスクを確認してみましょう。

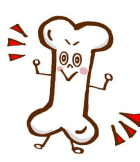
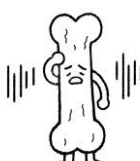


# 転倒リスク予防ドック 検査内容

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。

※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。

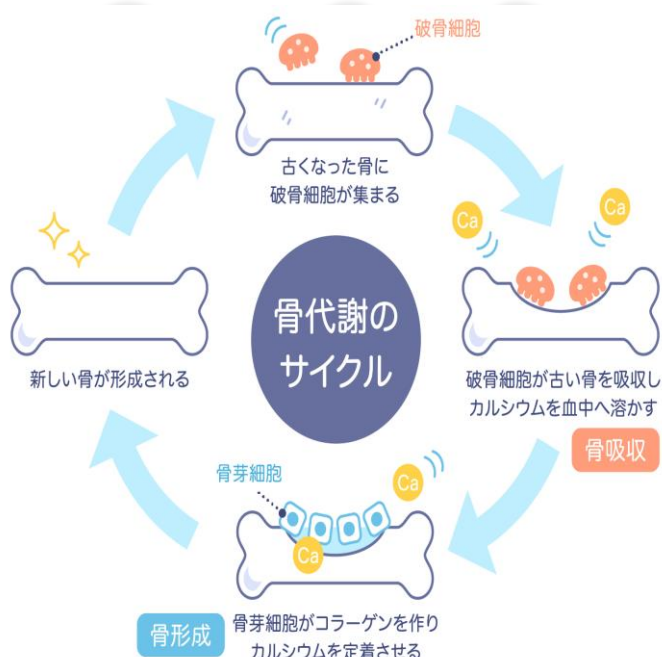
|             |                   |     |
|-------------|-------------------|-----|
| 内科診察        | 問診                | ●   |
|             | 聴打診               | ●   |
|             | 血圧・脈拍             | ●   |
|             | 健康調査              | ●   |
| 身体計測        | 身長                | ●   |
|             | 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)     | ●   |
|             | 肺機能検査             | ●   |
| 心電図         | 安静時12誘導心電図・心拍数    | ●   |
| 動脈硬化        | ABI/PWV           |     |
| 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)     |     |
|             | 下部(大腸)内視鏡検査       |     |
|             | 腹部超音波検査           | ●   |
|             | 便潜血検査(2日法)        | ●   |
| 尿検査<br>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<br>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             | ● |
|   | 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        | ● |
|   | 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             |   |
|   |                   |   |
| 血液型検査   | ABO(Rh)           | ● |
| 血液<br>腫瘍マーカー  | CEA               | ● |
|   | AFP               | ● |
|   | CA19-9            | ● |
|   | PSA(男性専用)         |   |
|   | CA125(女性専用)       |   |
| 血液<br>免疫学検査   | 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)       | ● |
| 骨代謝マーカー   | total P1NP        | ● |
|   | TRACP-5b          | ● |
| ビタミンD欠乏症検査  | ビタミンD(活性型)        | ● |

●はスタンダード日帰りコースに追加した検査項目です。



# 骨の仕組み



# 骨の役割

- ・ 身体を支える
- ・ 運動の支点となる
- ・ 内臓をつくる
- ・ 血液をつくる
- ・ カルシウムを蓄える

## TRACP-5b



## total P1NP



## ビタミンD



## ビタミンD

ビタミンD不足は骨粗鬆症の原因となります。  
ビタミンDの値が低いほど将来の骨折リスクが上がります。



# 骨密度が低下すると起きること

骨折のリスクが高くなります

介護が必要になった主な原因TOP3

| 第1位 | 第2位   | 第3位   |
|-----|-------|-------|
| 認知症 | 脳血管疾患 | 骨折・転倒 |

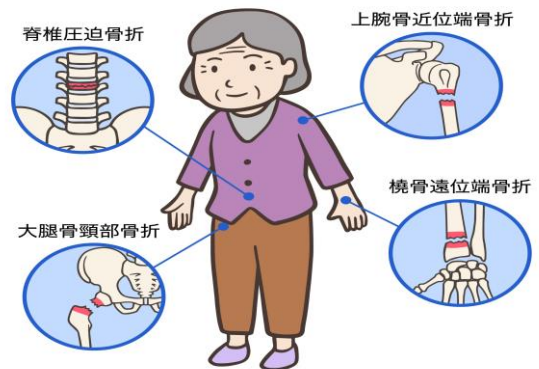


こんな症状は  
ありませんか？

- 身長が縮む
- 背中が曲がる
- 腰や背中に痛み

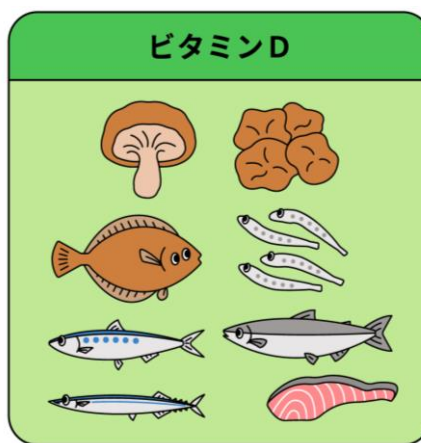
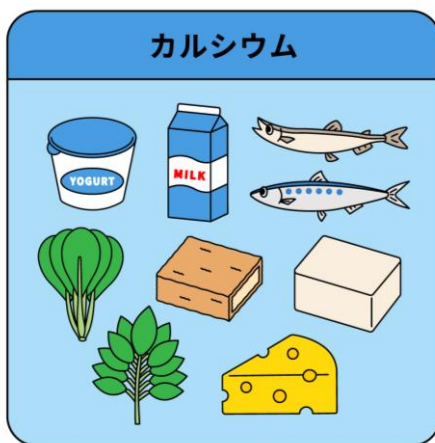


骨折しやすい部位



## 骨密度を上げる/下げないための対策

### 食事



### 運動

骨に適度な刺激を加えることで  
骨を作る骨細胞が活性化し  
骨密度の向上が期待できます  
負荷のかかる運動  
ウォーキング、ランニング  
ウェイトトレーニング  
も重要です





自覚症状がないから大丈夫と思っていませんか？  
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。

**限定**

※当コースのみの検査

### ①推定塩分摂取量

**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

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。

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 69,300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)     | ●   |
|             | 肺機能検査             | ●   |
| 心電図         | 安静時12誘導心電図・心拍数    | ●   |
| 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)     |     |
|             | 下部(大腸)内視鏡検査       |     |
|             | 腹部超音波検査           | ●   |
|             | 便潜血検査(2日法)        | ●   |
|             |                   |     |
| 尿検査<br>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             | ●   |
|             |                   |     |
| 尿化学検査       | 推定塩分摂取量           | ●   |
| 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<br>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             | ● |
|   | 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             |   |
|   |                   |   |
| 血液型検査   | ABO(Rh)           | ● |
| 血液<br>腫瘍マーカー  | CEA               | ● |
|   | AFP               | ● |
|   | CA19-9            | ● |
|   | PSA(男性専用)         |   |
|   | CA125(女性専用)       |   |
|   | NT-proBNP         | ● |
| 血液<br>免疫学検査   | 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。



限定検査！

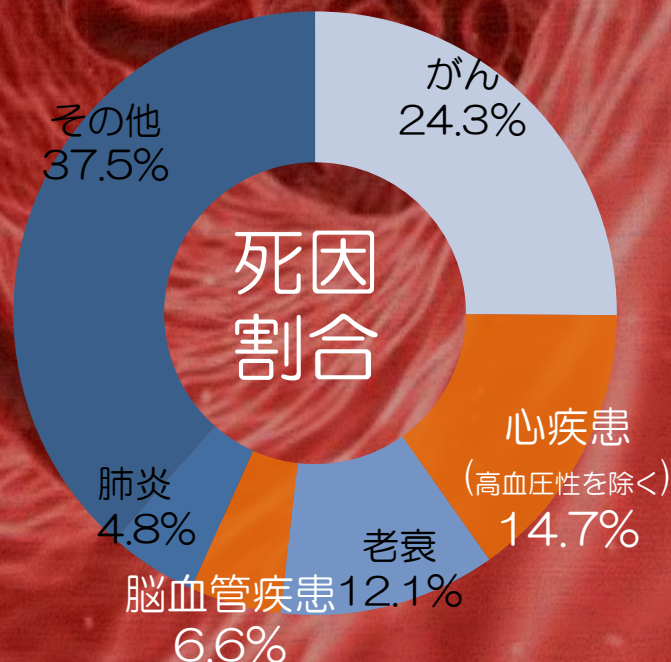
# 推定塩分摂取量測定

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。

令和5年度人口動態統計

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。



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。

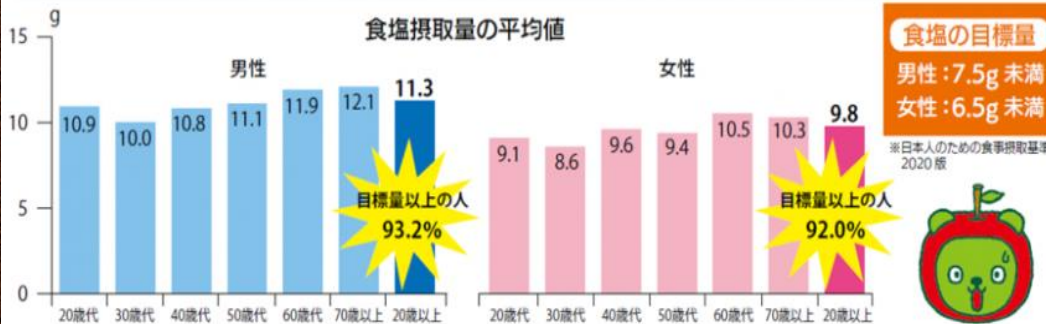




## 漬物文化の長野県では…？

## 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 ✓高血圧 ✓腎臓病 ✓骨粗鬆症 ✓尿路結石 ✓胃がん  
のリスクも高める可能性があります。

## 超悪玉コレステロール検査

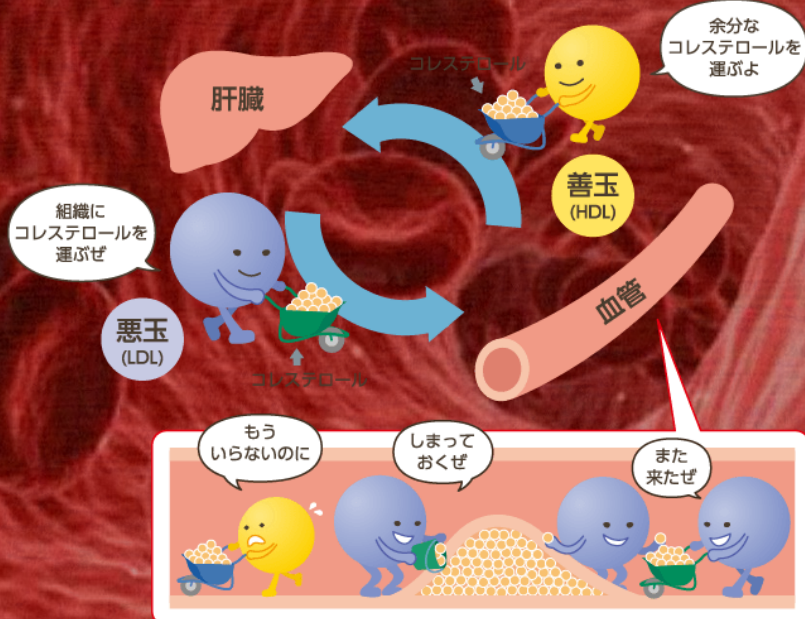
採血によって動脈硬化を引き起こす

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。



△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。





# レディースドック

74,360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)、  
乳腺超音波検査、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腺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  
乳腺超音波検査（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ーを受けましょう」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 74,360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、**乳腺超音波検査と乳房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                | ●   |
|             | 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)     | ●   |
|             | 肺機能検査             | ●   |
| 心電図         | 安静時12誘導心電図・心拍数    | ●   |
| 動脈硬化        | ABI/PWV           | ●   |
| 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)     |     |
|             | 下部(大腸)内視鏡検査       |     |
|             | 腹部超音波検査           | ●   |
|             | 便潜血検査(2日法)        | ●   |
| 尿検査<br>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<br>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        | ● |
|              | 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             | ● |
| 血液型検査        | ABO(Rh)           | ● |
| 血液<br>腫瘍マーカー | CEA               | ● |
|              | AFP               | ● |
|              | CA19-9            | ● |
|              | CA125(女性専用)       | ● |
|              | 女性がんセット           | ● |
| 血液<br>免疫学検査  | 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)       | ● |
| 婦人科検査        | 内診                | ● |
|              | 子宮頸部細胞診           | ● |
|              | 経膈エコー             | ● |
|              | HPV               | ● |
|              | 乳房X線検査 2方向        | ● |
|              | 乳腺超音波検査           | ● |

●はスタンダード日帰りコースに追加した検査項目です。



人間ドック  
人気コース

# おやじドックコース

67,100円(税込)

全身ほぐし+足つぼマッサージ付



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(血液腫瘍マーカー検査) 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内臓脂肪量測定検査

CTを用いて脂肪の面積を調べます。

## 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（血液腫瘍マーカー検査）

主に前立腺がんの指標となります。

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                | ●    |
|             | 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）     | ●    |
|             | 肺機能検査             | ●    |
| 心電図         | 安静時12誘導心電図・心拍数    | ●    |
| 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）     |      |
|             | 下部（大腸）内視鏡検査       |      |
|             | 腹部超音波検査           | ●    |
|             | 便潜血検査(2日法)        | ●    |
| 尿検査<br>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<br>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        | ● |
|              | 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          | ● |
| 血液型検査        | ABO（Rh）           | ● |
| 血液<br>腫瘍マーカー | CEA               | ● |
|              | AFP               | ● |
|              | CA19-9            | ● |
|              | PSA(男性専用)         | ● |
|              | CA125（女性専用）       |   |
| 血液<br>免疫学検査  | 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          | 全身ほぐし+足つぼ（75分）    | ● |

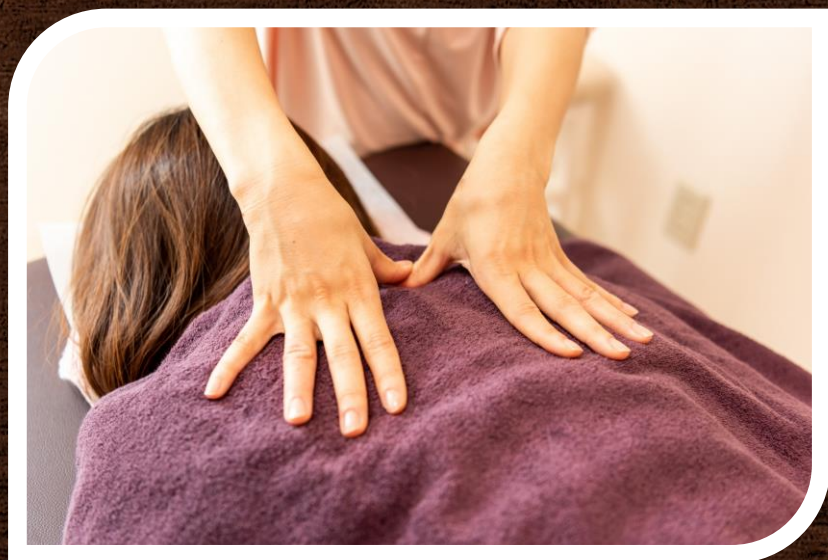
●はスタンダード日帰りコースに追加した検査項目です。



# おやじドック 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

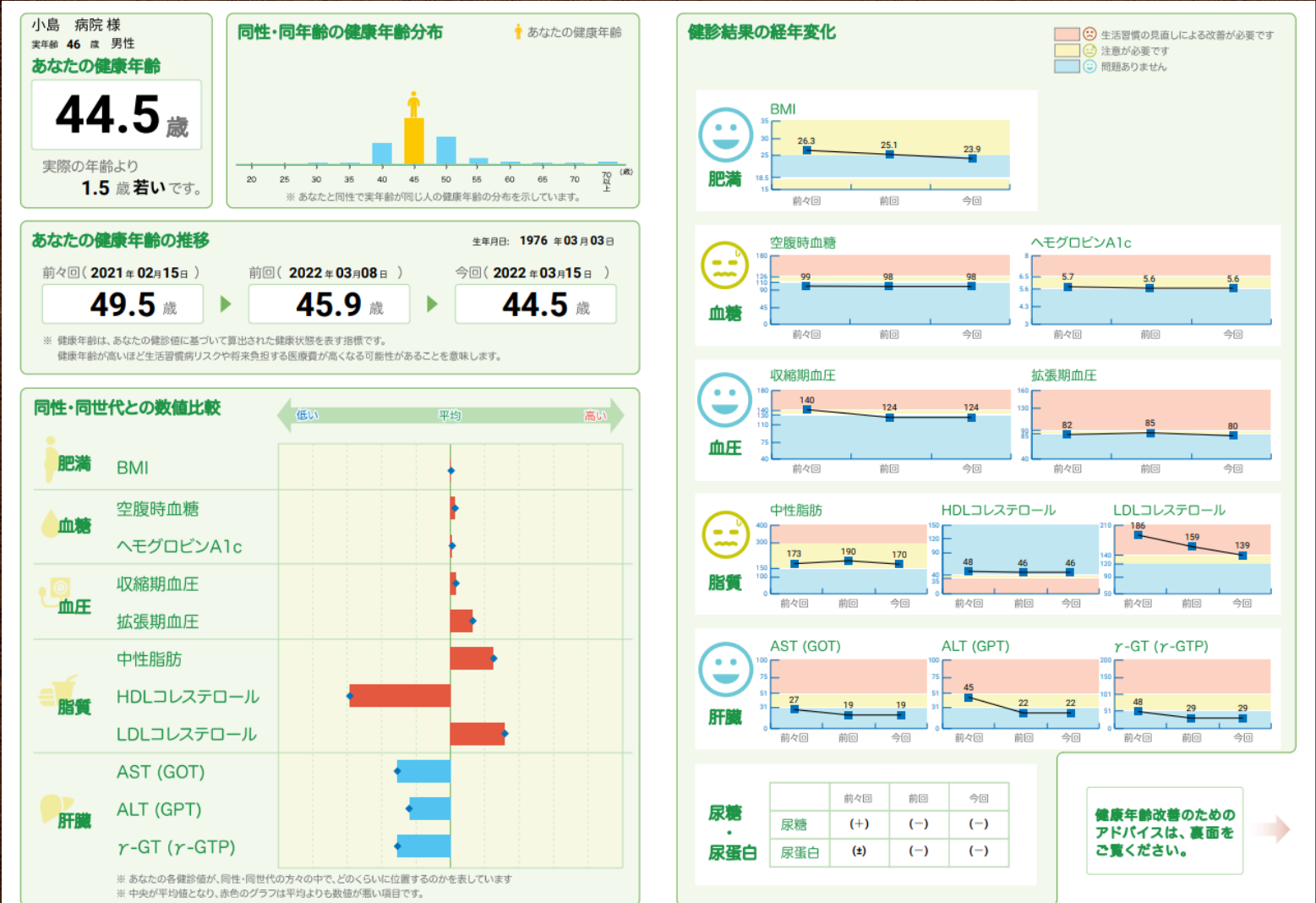




プレミアムドック・サイレントドック・血管ドック  
転倒リスクドック・レディースドック・おやじドック

# 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  
35歳以上の被保険者を対象に一定の項目を網羅  
した人間ドックに対する補助(※最大25,000円)  
が出ます。(毎年受診可)※婦人科検診費用も含む

**補助額25,000円** を利用して頂くと

(例) スタンダード日帰りコースの場合  
45,100円(税込) → **20,100円**(税込)  
でご受診頂くことが可能です。

◆協会けんぽの保険証の方限定◆  
◆本人(被保険者と記載がある方)◆  
のみ補助利用出来ます。





|              | コース比較             | 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） |
|              | 肺機能検査             | ●         |         |
| 心電図          | 安静時12誘導心電図・心拍数    | ●         | ●       |
| 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<br>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<br>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）          | ●         | ●       |
|              | 血清鉄               | ●         |         |
|              | CRP               | ●         |         |
|              | CK                | ●         |         |
| 血液型検査        | ABO（Rh）           | ●         |         |
| 血液<br>腫瘍マーカー | CEA               | ●         |         |
|              | AFP               | ●         |         |
|              | CA19-9            | ●         |         |
| 血液<br>免疫学検査  | 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）       | ●         |         |

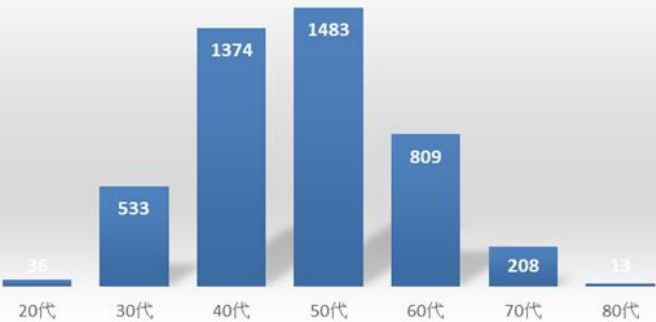
赤字が協会一般  
(生活習慣病予防健診)では  
実施しない検査項目になります。

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



2025年受診者数





# 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



45,100円(税込)



**30,100円(税込)**



## 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。

- 今年度国保特定健診、後期高齢者健診、※前より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



# 2025年人気OPランキング

2025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

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 胸部CT検査
- ⑤ 腹部CT検査
- ⑥ 腹部超音波検査
- ⑦ 抗p53抗体検査(血液検査)
- ⑧ 消化器がんセット(血液検査)
- ⑨ 眼底・眼圧検査(両眼)
- ⑩ 肝臓がんセット(血液検査)



## 女性ランキング

子宮がん検診

2

乳房超音波検査

3

乳房X線(マンモグラフィー)検査

- ④ 骨密度検査
- 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 腫瘍マーカー基本セット(血液検査)
- ⑨ 眼底・眼圧検査(両眼)
- ⑩ CA125検査(血液検査)



☆血液腫瘍マーカー基本セット 6,600円(税込)

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。



## アレルギー検査

View39+2 (トマト・桃)



原因となることが多い項目39種類を1回の採血で調べることが可能

料金17,600円(税込)

当院ではView39に2種類(トマト・桃)追加しました。

合計41種類を1回の採血で調べます。



**オススメ** \ 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<sup>+</sup>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

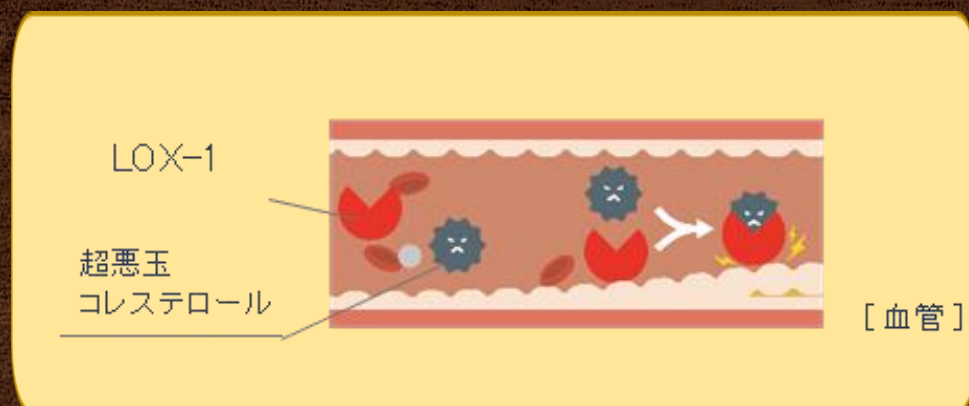
# LOX-index®

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。

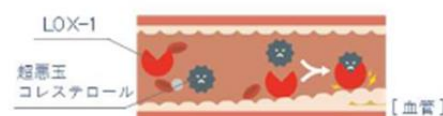
このことから上腕と足首の血圧を同時に測定することで血管の狭窄の程度（動脈硬化の進行度合い）がわかります。



### LOX-index® とは？

LOX-index®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。





おすすめ  
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。

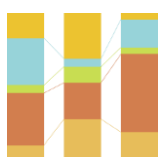


## Flora Scan® でわかること



#### 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  
誕生日月に受診してはいかがでしょうか。



誕生日月に人間ドックをご受診頂いたお客様へ  
どれかおひとつプレゼントしております



「今治タオルハンカチ」



「ふき味噌」



「ホットアイマスク」  
or  
「ひんやりアイマスク」



「善光寺門前甘酒」



# 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

