

2026.8.1  
vol.107

# かわら版

ご自由にお持ち帰り下さい

もっといきいき健康に！ 地域がつながる医療と介護を目指して



絵／ザ・キャビンカンパニー

## Contents

健康診断の重要性 … 2～3 地域とともに歩むスポーツリハビリテーション活動 … 2～3

女性にも安心して検査を受けて頂ける体制づくり（放射線科） … 3

褥～たすき～ 豊後大野市地域包括支援センター センター長 後藤 涼子 氏 …… 4 インフォメーション …… 4

# 健康診断の重要性

みえ病院健診予防医学センター 医師 堀 友希子

働き方改革や労働環境の改善が叫ばれる中、従業員の健康を守る「健康診断」の重要性は年々高まっています。企業側には従業員に健康診断を受けさせる法的義務があり、従業員側にもそれを受ける権利と義務があります。しかし、現場では「忙しくて受けていない」「結果を放置している」といったケースも散見されます。

## 1 健康診断の目的とは？

健康診断は、従業員の健康状態を把握し、労働に起因する疾病の予防や早期発見、職場環境の改善を図るために実施されます。単なる形式的なチェックではなく、企業が安全配慮義務を果たすうえで欠かせない制度です。

特に、長時間労働やストレス過多による精神疾患、生活習慣病の増加など、現代の働き方は健康リスクと隣り合わせです。定期的な健康診断によって、これらのリスクを早期に察知し、適切な対処を行うことが求められています。

## 2 健康診断の法的根拠

### 「企業の『義務』とは？」

健康診断の実施義務は、労働安全衛生法第66条に規定されています。これにより、企業（事業者）は労働者に対

し、雇用時健康診断、定期健康診断、深夜業従事者健康診断、特診健康診断を行うことが義務付けられています。企業がこれらの診断を怠ると、労働基準監督署から指導・是正勧告や罰則（50万円以下の罰金）が科される可能性があります。

## 3 健康診断を「受ける」ことは「労働者の『権利』かつ『義務』」

健康診断は、企業が従業員に提供する義務がある一方で、従業員自身が受ける義務もあることが、労働安全衛生法施行規則で定められています（第44条など）。

### 女性向け 知ってほしい健康診断

女性の健康は、生活習慣や社会環境に加え、女性ホルモンの影響を受けやすいという特徴があります。とくに、女性ホルモンが急激に低下する更年期以降は婦人科系の病気をはじめ、生活習慣病などになりやすくなります。予防と健康づくりにより、次のステージに備えることが大切です。

それぞれのライフステージに合わせて検査内容を選択していただくことで、より効率的かつ効果的な健康診断

を実施することが可能と考えます。当センターでは上記のような一般的な内容に合わせて、個人が持つ要因（基礎疾患、家族背景など）を十分に把握し、受診者に寄り添った内容での検査を案内するよう努めています。

その中でも私個人としては、乳がん検診を積極的にかけていただきたいと思っています。乳がんは乳腺の組織にできる悪性腫瘍（がん）です。女性では8人に1人、年に約10万人がかかり（2023年）、女性にとつて最も多いがんです。最新の2024年のデータでは、女性全体の部位別がん死亡数では4位になりますが、年代別に見ると30歳から64歳まででは1位になります。適切な治療を受ければ高い確率で完治が見込めます（ステージ1〜2で発見されれば9割以上に完治が見込めます。特にステージ1は99%とほぼ全て完治が可能です。早期発見のメリットが極めて高いと言えます）。当センターでは、マンモグラフィ撮影、乳腺エコー検査に関しては女性スタッフがすべて実施いたします。また各検査で要精査と判定されたとしても、安心して2次検査を受けていただけるように丁寧に説明させていただいております。

# 地域とともに歩む スポーツリハビリテーション活動

みえ病院リハビリテーション部 理学療法士  
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー  
藤田 将志

## ■地域の子どもの未来を支える活動

近年、スポーツ障害は「痛みが出てから受診する」のではなく、「ケガを未然に防ぐ」という予防の考え方が重要視されています。当院リハビリテーション部でもこの視点を大切にし、院内でのリハビリにとどまらず、地域の子どものためのスポーツ障害予防活動に力を入れています。その背景には、地元の子どもたちがケガのたびに市外の遠方の病院まで通院している現状がありました。「地域の子どもたちは、この地域で支えたい」という強い想いが、私たちの原動力となっています。

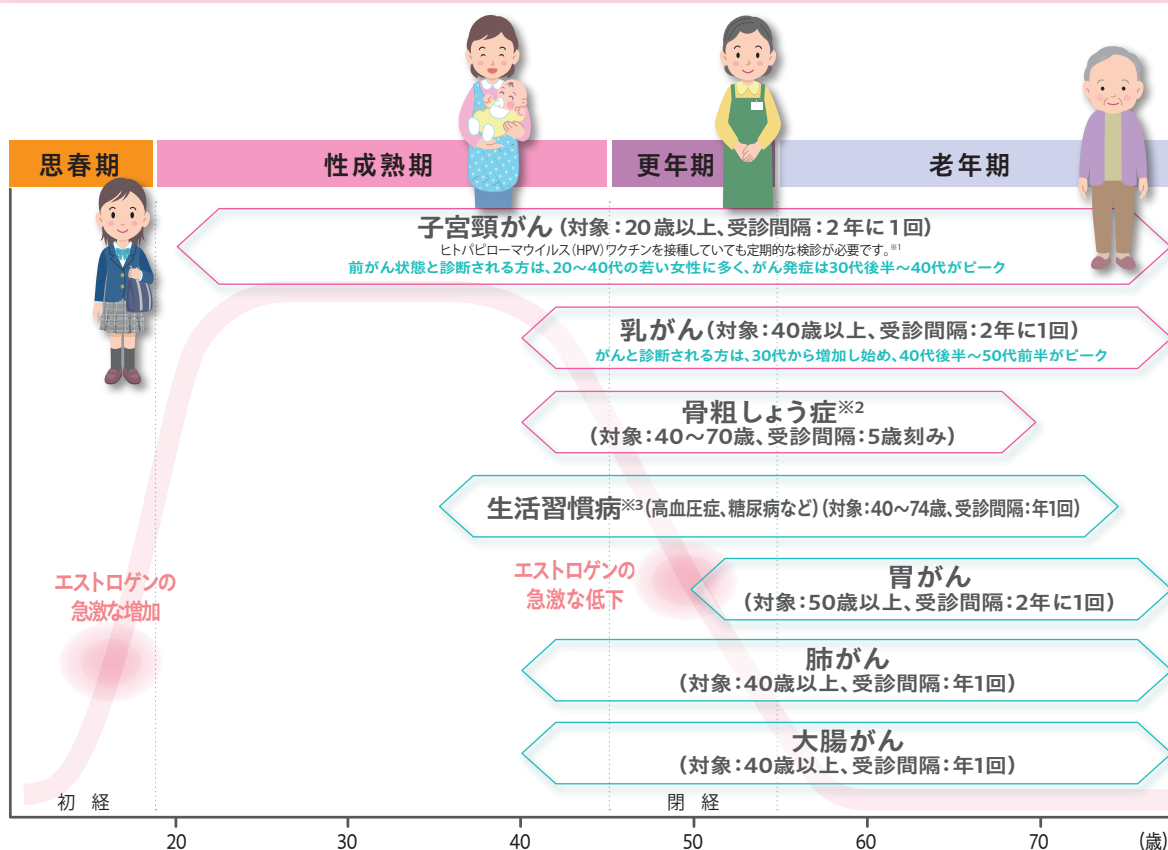
## ■「知る」から「できる」へ

地域の学生や保護者、指導者を対象とした当院リハビリテーション部主催のセミナーでは、ストレッチや正しい体の使い方をレクチャーしています。単に知識を伝えるだけでなく、実際に体を動かしながら学べる実践的な内容を大切にしています。



いろいろな心配だけど、どの検査を受けたら安心できるのかわからない、家族から検診をちゃんとうけなさい、と言われるけど、症状ないし、どうい

検査をうけたら家族に納得してもらえらるだろうか、などお困りの場合は、是非健診予防医学センターまでおたずねください。



注1) 上の表は、適応となる各健診・検診の対象年齢を示しています。注2) 検診の内容は、自治体によって異なる可能性があるため、お住まいの市区町村にお問い合わせください。

※1 子宮頸がんの発生には主にHPVが関わっています。※2 骨粗しょう症検診制度では、骨密度測定および問診による検診を行っています。

※3 特定健診は、生活習慣病の予防のための健診で被保険者および被扶養者に実施されています。

※厚生労働省 健康日本21アクション支援システムより引用

## 女性にも安心して検査を受けて頂ける体制づくり (放射線科)

当院の放射線科は診療放射線技師7名体制で日々の業務を行っています。

特徴的なのは、7名の内4名が女性であることです。2024年度の厚生労働省調査では、全国の診療放射線技師の資格登録者は約10万人。内女性技師は3割程度と報告されていますので、当院の女性技師の比率の高さが御理解頂けると幸いです。

この特徴を活かし、女性特有の検査を安心して受けて頂く体制づくりとして、「マンモグラフィ検診施設・画像認定施設」の指定を受けていることに加え、2名が「検診マンモグラフィ撮影認定診療放射線技師」の資格を有しています。

4名の女性技師の内、3名が同期入職であり、他1名も年齢が近いいため、良好なコミュニケーションを取りながら切磋琢磨しています。空き時間には前述の掘医師より直接指導を受けるなど積極的に研鑽を積み、患者さんに安心且つ質の高い検査を受けて頂けるよう日々努力しています。

※マンモグラフィ検査  
乳房X線撮影、触診では見つけにくい早期乳がんの発見が可能とされる検査



「なぜこの動きが必要なのか」「どう競技に活きるのか」を分かりやすく解説し、日々の練習前後でも継続できるよう工夫しています。保護者や指導者とも正しい知識を共有することで、地域全体で子どもたちを守り育む環境づくりを目指しています。

## 一人ひとりに寄り添うリハビリテーション

私たちは、ただケガを治すだけでなく、子どもたちが「再び全力でプレーしたい」と願う気持ちに寄り添うことを大切にしています。年齢や性別、競技種目によって、体にかかる負担や必要な筋力は異なります。一人ひとりの目標や競技特性に合わせた丁寧なサポートを行い、安心して復帰できるよう全力で支えます。

## 地域に信頼される病院を目指して

こうした活動の広がりにより「スポーツの相談ならみえ病院へ」という信頼をいただき、受診される子どもたちも増えていきます。これからも地域に根ざした病院として、一人でも多くの子どもたちが笑顔で大好きなスポーツを続けられるよう、スタッフ一丸となってサポートに取り組んでいます。





人から人へ絆で繋がっていく

## 豊後大野市地域包括支援センター センター長 後藤 涼子氏



高齢者の生活を総合的に支える相談窓口として、地域包括支援センターは豊後大野市役所・支所内に設置され、介護・介護予防、認知症、権利擁護など幅広い相談に応じています。センターには社会福祉士、保健師、主任ケアマネジャーなど21名の専門職員が在籍し、関係機関と連携しながら日々地域の支援に取り組んでいます。今年4月、そのセンター長に就任された後藤涼子さんにお話を伺いました。

### 【地域で積み重ねてきた経験】

後藤さんは福岡県京都郡みやこ町の出身。産業医科大学を卒業後、大分県杵築市の企業で産業保健師として勤務し、平成21年に豊後大野市社会福祉協議会に入職し、豊後大野市地域包括支援センターへ保健師として配属。その後、地域福祉課にてあんしんサポートやボランティア、ふれあいサロンなど、地域のさまざまな場で経験を重ねてきました。三重町に戻って8年目となる現在、43歳という若さでセンター長に抜擢されています。

「困り事や相談があればすぐに動く」軽やかなフットワークは、センター長となった今も変わりません。加えて、経験豊富なスタッフの存在もセンターの大きな力となっています。

### 【暮らしに寄り添う楽しみと交流】

3人の子育てをしながら働く後藤さんは、もともと「働いていたい性分」。夫の理解と義父母や義姉の支えに助けられながら、仕事と育児を両立してきました。休日にはお子さんの高校野球を応援し、元気ももらうことも多いそうです。また、高校時代に吹奏楽部で親しんだフルートを数年前に再開。月1回のレッスンを続けながら、地域交流の場「ひなたぼっこ」や「ふれあいサ



ロン」のクリスマス会・新年会に招かれ、演奏を披露しています。

### 【「困る前からつながれる、場所を目指して」

「困ってから相談する場所ではなく、元気なうちからつながれる窓口でありたい」と語る後藤さん。介護や健康、暮らしの不安ごとを早めに受け止められるよう、出前講座や講演会、地区社協の活動等を通して、日頃から地域のみなさんとのつながりづくりに力を入れています。専門職がチームで関わり、地域の方の「困ったな」「何とかしてあげたい」という思いを、医療・介護・福祉の制度や地域の支え合いにつなぐのも、地域包括支援センターの大切な役割です。今日も、高齢者の暮らしを守る身近な総合相談窓口として、地域の中を走り回っています。

豊後大野市地域包括支援センター  
豊後大野市三重町市場1200番地  
電話：0974-22-0505  
(24時間電話連絡可)

## 新たな送迎サービスについて

みえ病院では、現在運行しております外来診察・外来リハビリテーションの送迎に加え、9月より、新たに下記のサービスを開始致します。

### ①近隣の医療機関（診療所など）からの紹介患者さんのお迎え

- 運行時間：月～金の9時～15時まで
- 対象について：ご紹介頂いた患者さんの内、緊急性が低く、通常の車両に乗車可能（一般の車いすは可）な状態の方

### ②レスパイト入院（医療ケアが必要な方の一時的な入院）をご希望の患者さんのお迎え

- 運行時間：月～金の午後（お迎えの時間については、ご相談の上、決定致します）
- 対象について：緊急治療の必要性が低く、主にレスパイト入院やリハビリ目的での入院をご希望される患者さん

※詳細については、改めて関係機関のご担当者様へご案内致します。  
臼杵病院、大嶋医院へのお見舞い便（毎週火曜日の午後）も運行中です。お気軽にお問い合わせください。

## 豊後大野エリア



帰産会みえ病院  
〒879-7111  
豊後大野市三重町赤嶺1250番地1  
TEL：0974-22-2222



介護老人保健施設 泉の里  
〒879-7111  
豊後大野市三重町赤嶺1254番地1  
TEL：0974-22-7885



ケアホーム青いみちIKI本館  
〒879-7111  
豊後大野市三重町赤嶺1259番地  
TEL：0974-26-4170



ケアホーム青いみち  
IKIおれんじ館  
〒879-7111  
豊後大野市三重町赤嶺1259番地  
TEL：0974-22-0102



あさじ町クリニック  
〒879-6222  
豊後大野市朝地町朝地906番地7  
TEL：0974-64-1234



清川巡回診療所  
〒879-6903  
豊後大野市清川町砂田1877番地3  
TEL：0974-35-3561

## 臼杵・大分エリア



臼杵病院  
〒875-0023  
臼杵市江無田1154番地1  
TEL：0972-83-8100



ケアホーム竹あかり  
〒875-0023  
臼杵市江無田1154番地1  
TEL：0972-83-8110



大嶋医院  
〒879-7501  
大分市竹中2666番地  
TEL：097-597-0015