



すこやか

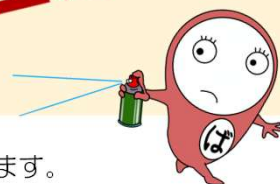
「信頼と共創」 — 永続的で誰一人取り残すことのない医療を目指して —



秋の行楽シーズン…

マダニ

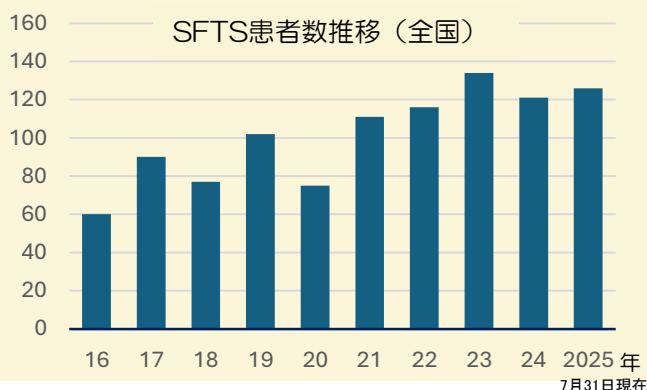
に注意!



マダニが媒介する感染症である重症熱性血小板減少症候群（SFTS）や日本紅斑熱が増加しています。

重症熱性血小板減少症候群（SFTS）

6～14日の潜伏期間の後、発熱や消化器症状などで発症し、死亡率が10～30%とされています。2013年に国内で最初の報告があってから増加を続け、今年は9月21日時点ですでに過去最高の患者数となっています。昨年までは西日本でのみ報告されていましたが、今年になって首都圏（東京、神奈川、茨城、栃木）でも感染者の報告があり、千葉県でも注意が必要です。



日本紅斑熱

千葉県内でも増加傾向にあります。昨年は30例の報告があり過去最多でした。2～8日の潜伏期間の後、発熱や発疹で発症し、高齢者で重症化しやすいとされています。



ツツガムシ病

ダニ類の一種であるツツガムシに刺されて感染します。千葉県内でも毎年60～70例の報告があります。5～14日の潜伏期間の後、高熱、倦怠感などで発症します。テトラサイクリン系の抗菌薬が有効ですが、治療が遅れると重症化します。

マダニに刺された可能性のあるときは、2週間くらいは体調に注意して、発熱、倦怠感などが出現した場合は医療機関を受診してください。受診の際には、ダニに刺されたことを伝えてください。

キャンプやハイキング、農作業や草刈り等で山林や草むら等に立ち入る際には、

- ① 長袖長ズボンなど肌の露出が少ない服装にする
- ② 忌避剤（防虫スプレー）を使用する
- ③ 地面に直接座らずレジャーシート等の敷物を使用する
- ④ 帰宅後はすぐに着替え、洗濯する
- ⑤ 帰宅後はすぐに入浴する



感染したペット（特にネコ）からヒトへの感染が報告されていますので、ペットの健康状態にも注意が必要です。

健康診断を受けておけばよかった・・・

可もなく不可もなく、同じような毎日を過ごしていると、その日課や習慣を変更するのは災いをもたらしそうで、なかなか変更することが出来ません。

健康診断は、身体に異常はないものの、心配だから年に一度、費用を自己負担し、検査や診察を受けることです。

『今まで、健康診断を受けていなくても病気になったことがないから・・・』

・・・そうです！

「見つからなければそれで良い」という考え方は否定できません。『改めて自分から病気を探す必要など・・・』その通りかもしれません。

しかし、人生80年時代を迎え、100歳以上の人口が10万人に迫る、この日本において、生涯、無病でいられる可能性は薄いと思われます。

例えば、一生のうちにガンと診断される確率をみると、男性63%、女性50%。

ガンで死亡する確率は、男性24%、女性17%。

なんと日本人の2人に1人がガンにかかり、男性で4人に1人、女性で6人に1人がガンで亡くなっています。一方で、ガンを早期（ステージⅠ）に見つけ、治療をすれば、多くのガンは治ります。

また、早期発見、早期治療の方が、身体的にも金銭的にも時間的にも負担は少なくなります。

●ガンの部位別5年生存率

部位	肺	大腸	胃	乳房	前立腺
ステージⅠ(早期)	85.6%	98.8%	98.7%	100%	100%
ステージⅣ(進行)	7.3%	23.3%	6.2%	41.8%	65.6%

出典：国立研究開発法人国立がん研究センター（2021年）

当院では、人間ドックをはじめとする健康診断で、さまざまな臓器の異常をチェックしています。

●当院の人間ドックの紹介

*人間ドック 平日午前 料金44,000円(税込)

検査項目：医師診察・問診、身体測定、尿検査、便検査、血液検査（貧血、肝機能、血中脂質、腎機能、糖代謝、感染症、ピロリ菌、腫瘍マーカーなど30項目以上）、生理検査（視力、聴力、心電図、肺機能など）、放射線検査（胸部、胃部）、腹部超音波検査

追加オプション（別途料金が発生します。予約時にご案内いたします。）

項目	内容	検査目的	項目	内容	検査目的
脳検査	頭部MRI・MRA検査	頭蓋内疾患	骨密度検査	超音波法による骨塩定量検査	骨粗鬆症
頸動脈検査	頸動脈超音波検査	動脈硬化	消化器検査	血液検査（ペプシノーゲンⅠ、Ⅱ、Ⅰ/Ⅱ比）	萎縮性胃炎の有無（胃がんリスク）
胸部検査	胸部CT検査	肺がん、肺炎、肺気腫、肺結核など	腫瘍マーカー（4種セット可）	AFP	肝臓がん
胃部検査	胃部内視鏡検査（胃部直接撮影からの変更）	消化器病変の有無		CEA	消化器がん、肺、卵巣、乳がん
乳がん検査	乳房超音波検査、マンモグラフィー（セット可）	乳がん、乳腺疾患（2022年度より視触診実施なし）		CA19-9	膵臓がん、胆道、胃、大腸がん
子宮がん検査	内診+子宮頸部細胞診（医師採取）	子宮頸がん		シフラ	扁平上皮がん、肺扁平上皮がん

*脳ドック 月曜午後 料金49,500円(税込)

検査項目：医師診察・問診、脳検査（頭部MRI・MRA）、頸動脈超音波検査、生理検査（心電図、動脈硬化）、身体測定、尿検査、血液検査（肝機能、血中脂質、腎機能、糖代謝など20項目以上）

*他にも、生活習慣病予防健診、千葉市特定健診・健康診査、千葉市がん検診、定期健康診断など

※対象となる健診は、ご加入の健康保険（国民健康保険や健康保険組合、共済組合など）にご相談ください。



身体に異常がでる前に、これからも同じような毎を送るために、あなたとあなたの大切な人のために、定期的に、健康診断を受けてみませんか？

千葉メディカルセンター 健診センター（4階）

■電話：043-310-7038 ■予約時間：平日9時-16時、土曜日9時-12時

“スポーツファーマシスト”ってなに??

■スポーツファーマシストとは・・・

スポーツファーマシストは、アンチ・ドーピング規則に関する医療知識を身につけた**認定薬剤師**のことで、近年注目を集めている資格の1つです。

アスリートを含む、スポーツを楽しむ全ての方々の活動を支える重要な役割を持つ資格であり、ドーピングはスポーツ競技において重大なルール違反となるだけでなく、その人の健康に悪影響を及ぼします。1960年 ローマオリンピックでのドーピングによるアスリートの死亡事故をきっかけに、ドーピングを取り締まる動きが世界的に活発化されました。

ドーピング禁止物質は、一般的にイメージされる「男性ホルモン」や「筋肉増強剤」の摂取だけではなく、病院から処方される医薬品やドラッグストアで購入できる市販薬やサプリメントにも含まれている場合があります。

近年、スポーツ選手がドーピング禁止物質と知らずに医薬品を摂取してしまい、アンチ・ドーピング規則違反となる「**意図しないドーピング（うっかりドーピング）**」が問題となっています。

当院には3名 在籍しています。
ご相談は薬剤部までお声がけください。

■スポーツファーマシストの仕事内容とは・・・

スポーツファーマシストの主な仕事は、最新のアンチ・ドーピングの知識を用いて「スポーツ競技者や指導者、スポーツを楽しむ全ての人へ、薬の正しい使い方などのアドバイスを行うこと」です。

スポーツ選手が風邪をひいたりケガをしたときに使用する薬や、筋肉をつける目的で摂取するプロテインなどに禁止薬物が含まれていないか相談に乗り、適切な指導を行うこともスポーツファーマシストの重要な役割です。

地域や学校などの教育現場で医薬品の適正使用について話をしたり、情報提供を行ったりすることも、重要な役割の一つです。薬剤師としての専門性を活かし、アスリートのみならず、部活動に励む学生をはじめとする地域住民のスポーツ活動を支えています。

ちばめ3兄弟スポーツ3本勝負

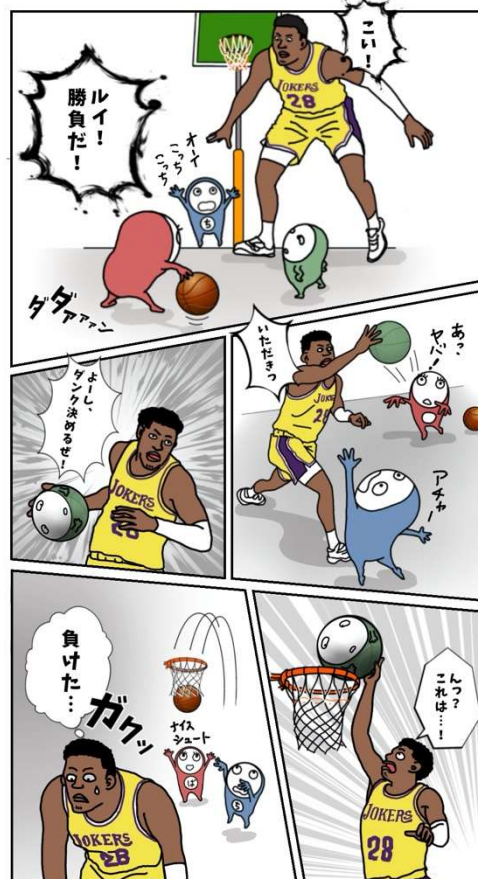
野球編



サッカー編



バスケットボール編



医療連携の会（バイサイドフォーラム）の開催

令和7年9月25日に、当院会議室にて「千葉メディカルセンター バイサイドフォーラム」を開催しました。今回は、内科医師から2演題の発表があり、院外の先生方との積極的な意見交換を行う場となりました。

河井 伸太郎 先生（内科）

「糖尿病は誰がどこまで診る？ ～糖尿病診療の変遷と病診連携のありかた～」

河野 聡美 先生（内科）

「糖尿病教育入院のススメ ～入院してこそ踏み出せる大きな一歩～」



糖尿病は、血糖値（血液中のブドウ糖濃度）が慢性的に高くなる疾患です。本来、血糖値はインスリンというホルモンの働きによって適切にコントロールされていますが、糖尿病になると、この働きがうまくいかなくなり、全身の血管や神経にさまざまな影響を及ぼします。

日本国内でも患者数が増加傾向にあり、健康寿命を脅かす大きな要因となっています。そのためここ20年ほどで、糖尿病薬の種類と数も増えており、参加された院外の先生方からは、糖尿病薬についての質問も多く出ました。今後も地域の先生方を対象に、症例検討をする医療連携の会を定期開催いたします。

つばめ保育園Soga・ひばり保育所

楽しいイベント行事



** つばめまつり **

隣接する敷地内にある認可保育園「つばめ保育園Soga」で2025年8月 夏祭りを開催しました。画用紙や折り紙を使ってかき氷やチョコバナナなどを作り、ヨーヨー釣りや輪投げなど、楽しくお友達と過ごすことができました。

** ハロウィン **

2025年10月31日、カボチャやキャラクターに変装した子どもたちが、先生たちに魔法をかけてもらっています。保育園のお部屋にも、手作りのおもちゃやゲームなどがたくさん。楽しい秋のイベントになりました。



編集後記

今年の夏は長く、10月を過ぎても半袖の方がちらほら。ようやく心地よい風が吹き、木々も色づき始め、秋の訪れを感じていたところですが、今年も冬はすぐそこで待ち構えているようです。日本の美しい四季の移ろいはどこに行ってしまったのでしょうか。

さて、今回は「ちばめ三兄弟」がスポーツで大活躍しています。スポーツをすることで健康効果をもたらすだけでなく、観戦することでも、ストレス軽減などメンタルヘルスにも良い影響があります。日々の生活にもあなた自身の「スポーツ」を取り入れ、心身ともに健康意識を高めていきませんか。

「すこやか」vol. 49 2025年10月31日発行

医療法人社団 誠馨会 千葉メディカルセンター
〒260-0842 千葉市中央区南町一丁目7番1号
TEL 043(261)5111（代表）

URL <http://www.seikeikai-cmc.jp>

編集・発行責任 千葉メディカルセンター広報委員会