



社会福祉法人
恩賜財団 済生会滋賀県病院
SAISEIKAI SHIGA HOSPITAL

地域の皆さんと病院を“つなぐ”広報誌

かけはし

252号

2026年10月

ご自由にお持ちください

特集

リハビリ通信

健康診断の“異常”を放置していませんか？

運動不足はタバコと同じリスク!?

かぼちやに
笑われて
しもう秋

その腹囲、
我らの姿に
似てきたよと
ハロウィンの



作：南 久美子

健康診断の“異常”を 放置していませんか？



健康診断では、何かしらの異常が見つかった際に「要再検査」や「要精密検査」と判定されることがあります。ただ、自覚症状がないケースも多く、ついつい受診を先延ばしにしてしまう方も多いのではないのでしょうか。病気によっては、自覚症状がないまま進行するものもあります。健康診断は、病気の早期発見や早期治療につながる機会の一つです。将来の健康を守るためにも、結果をそのままにせず適切に対応することが重要です。今回は、つい後回しにしがちな「再検査」と「精密検査」について解説します。

1 「再検査=病気」ではない

健康診断で異常値を指摘されると、「どこか悪い病気なのでは」と不安になる方もいるでしょう。しかし、「再検査」は病気を断定するものではありません。実は血圧や血糖値、肝機能などの数値は、その日のコンディションによって変動することがあります。前日の飲酒や睡眠不足、ストレスなどの影響で、一時的に基準値を外れてしまうケースも少なくありません。

そのため、健診で「要再検査」と判定された場合は、本当に異常があるのか、それとも一時的な変化なのかを確認するために再度検査を行います。実際には、再検査で数値が改善し、特に治療を必要としないケースもあります。一方で、異常が継続して認められる場合には、病気の早期発見につながることもあります。



一時的な高血圧で「病気」ではないが
「再検査」になることも

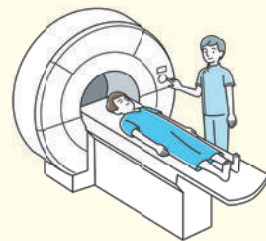
2 再検査と精密検査は何が違う？

健診結果を見ると、「要再検査」と「要精密検査」の二つの表現があります。似ているように見えますが、実は意味が異なります。

再検査は、健診でみられた異常が一時的なものなのか、再確認するために行う検査です。血糖値や尿検査などで軽度の異常がみられた場合に指示されることがあります。

一方、精密検査は、健診で異常が強く疑われた場合に、その原因や病気の有無を詳しく調べるために行う追加検査です。

つまり「再検査」は異常があるかどうかの「確認」のための検査であり、「精密検査」は異常が見つかった上で、病気の「診断」をするための検査を意味します。



例) X線で影が見つかり、CT検査を勧められる
=精密検査

3 放置するとこんな病気に!?

健康診断ではさまざまな項目を調べますが、特に再検査の対象となりやすい検査には次のようなものがあります。いずれも自覚症状がないまま進行することが多い項目です。「症状がないから平気」という自己判断はせず、医師の指示に従うことが重要です。

検査項目		異常値の場合
血液検査	血糖値・HbA1c	糖尿病の疑い
	コレステロール・中性脂肪	脂質異常症の可能性
	肝機能 (AST、ALT、 γ -GTP)	肝炎や脂肪肝の疑い
尿検査	尿蛋白	腎臓病や高血圧の可能性
	尿糖	糖尿病の疑い
	尿潜血	膀胱炎や尿路結石、がんの可能性
画像検査	胸部X線	肺炎や肺がんの可能性
	心電図	不整脈や虚血性心疾患の疑い

4 精密検査はすぐに受けよう!

精密検査はできるだけ早めに受けることが大切です。異常値の原因によっては、生活習慣の改善だけで改善できる段階の場合もありますが、放置することで病気が進行してしまうこともあります。

当院では、健康診断の実施から精密検査の受診、そして治療まで一貫して対応しています。他の医療機関で健診を受けられた方のご相談も歓迎していますので、健診結果について何か気になることがありましたらお気軽にご相談ください。



【ご予約・お問い合わせはこちら】
 済生会滋賀県病院 健診センター
 TEL:077-552-9806 (直通)



5 2027年 夏、健診センターは新病棟へ!

みなさまに快適に健診を受けていただけるよう、健診センターのリニューアルを進めています。検査エリアの床面積はおよそ3倍に広がり、これまで複数のフロアに分かれていた検査もワンフロアでほぼ完結できるようになります。あわせて女性の方が安心して過ごせる女性専用エリアも新たに設置します。新しくなる健診センターにもどうぞご期待ください。



リニューアル後の待合(イメージ)

リハビリ通信

運動不足はタバコと同じリスク!?

リハビリテーション技術科 理学療法士 磯寄 悠依子

「薬で血糖値(血液中の糖の量)が下がっているから運動しなくてもいい」と思っていませんか?最新の医学研究では、運動不足そのものが病気を作り出すことがわかっています。今回はその理由と今日からできることをお伝えします。

運動不足に要注意



タバコを吸うこと

=



運動しないこと



健康な筋肉

エネルギーをしっかり使える



脂肪筋

筋肉の中に脂肪がたまった状態

血糖値が正常でも、「動かないこと自体」が病気を作り出します。これが現在の運動疫学の結論です。見た目が普通でも筋肉に脂肪がたまると血糖値が上がりやすくなります。脂肪筋は食事だけでは改善しない!運動が必要です。さらに40代から運動不足が続くと脳が少しずつ縮み、認知症・脳卒中リスクが上昇。認知機能が落ちると外出が減り体も弱くなる悪循環に陥ります。今からでも遅くはありません!

運動するとここまで変わる!

- ・認知症リスク: **38%低下**
- ・脳卒中・心疾患リスク: **25%低下**
- ・2型糖尿病リスク: **14%低下**
- ・転倒リスク: **28%低下**
- ・うつ症状リスク: **22%低下**
- ・死亡リスク: **47%低下**



「30分連続でないと意味がない」は間違い!

食後に3分歩くだけでも血糖値(血液中の糖の量)の上昇を抑える効果があります。まずは、昨日より10歩多くが合言葉!

今日からできる3つのポイント



こまめに歩く

エレベーターではなく階段を使う、犬の散歩など。成人の目標歩数は8,000歩/日、高齢者は6,000歩/日。



週2~3回の筋トレ

スクワットや片足立ちなど自宅でできる運動でOK!筋肉が増えると基礎代謝も上がります。



座りっぱなしをやめる

30分に1回立ち上がるだけでも効果あり。テレビのCMのたびに立つ習慣をつけよう!

「地域医療貢献賞」「医学研究奨励賞」を受賞

このたび、院長代行の増山守医師が「京都府立医科大学関係病院等協議会 地域医療貢献賞」を、整形外科の森崎真介医師が「京都府立医科大学関係病院等協議会 医学研究奨励賞」を受賞されました。

増山医師は約30年にわたり消化器外科医として地域の急性期医療を支えるとともに、救急センター長代行として救急医療体制の充実に尽力してこられました。また、草津栗東医師会理事として地域医療連携の推進に取り組み、若手医師や看護師の育成にも長年貢献されています。こうした院内外における幅広い活動と地域医療への功績が高く評価され、今回の受賞となりました。

森崎医師は、10年以上にわたり整形外科外傷診療に従事し、治療法や疫学に関する研究に取り組んでこられました。今回受賞の対象となった研究は、コロナ禍における市中病院の外傷診療への影響を大規模データの解析により明らかにしたもので、その成果は海外のトップジャーナルにも掲載され、高く評価されました。



増山守 医師



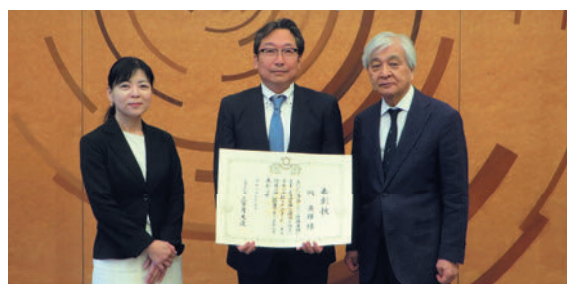
森崎真介 医師

「救急医療功労者知事表彰」を受賞

9月9日(水)、脳神経外科の岡英輝医師が「令和8年度救急医療功労者知事表彰」を受賞されました。「救急医療功労者」は、地域の救急医療の確保や対策の推進に貢献した個人・団体に贈られる名誉ある表彰です。

岡医師は平成12年より当院で脳卒中や頭部外傷などの救急医療に携わり、約26年にわたり緊急手術に対応する体制を支えてきました。ドクターカーやドクターヘリの運用にも尽力し、平成29年には滋賀県最大規模となる12床のSCUを開設。脳神経センター長として、当院の救急医療体制の運営・整備に中心的な役割を果たしてきました。

受賞にあたり岡医師は、「この度は大変光栄な賞をいただき、身の引き締まる思いです。



岡英輝 医師(中央)

今回の受賞を励みに、今後も一層、救急医療の充実と向上に力を尽くしてまいりたいと思います」と述べました。

長年にわたり地域の救急医療を支えてこられた岡医師の功績を称えるとともに、今後も地域の皆さまが安心して受診できる救急医療体制の充実に努めてまいります。

令和 8 年度滋賀県感染症対策総合訓練を実施

9月16日(水)、令和8年度滋賀県感染症対策総合訓練を当院にて実施しました。本訓練は、新型インフルエンザ等の新興感染症の発生・まん延を想定し、関係機関との連携体制の確認や重症患者の受け入れ・搬送手順の検証を目的に毎年実施されています。

今年は当院を拠点に、内閣感染症危機管理統括庁や滋賀県健康危機管理課など行政とも連携して実施しました。感染症患者の容体悪化に伴う転院調整を経て、ドクターカーによる搬送、CT検査、ICUへの受け入れ、患者家族への対応まで、一連の流れを実践形式で確認しました。また、コントロールセンターとの情報共有や関係機関との連携についても検証を行いました。

本訓練には医師、看護師をはじめ、救急救命士、診療放射線技師、臨床工学技士など多職種が参加し、感染症健康危機発生時における対応力の向上と連携強化を図りました。訓練で得られた課題や改善点を今後



コントロールセンターからの受け入れ要請に応じるスタッフ



ドクターカーで搬送されてきた患者をCT室まで移動する

の体制整備に活かし、引き続き安全で質の高い医療の提供に努めてまいります。

地球の反対側から災害医療を考える

2026年6月、ベネズエラでM7.2・M7.5の大地震が発生し、国際緊急援助隊(JDR)医療チームの一員として当院看護師の若原聖徳さんが現地で活動しました。トリアージやゲートコントロール、関係機関との調整に携わる中、7月28日には日本で令和8年熊本地震が発生。地球の反対側で活動する私たちにとって大きな衝撃でした。同時に、国内の関心が高まる一方、遠いベネズエラへの関心が薄れていくことも感じていました。しかし被災者の方々は「日本は大丈夫か」と私たちに案じ、私たちを送り出した病院やスタッフにまで感謝を伝えてくださいました。災害支援は一方向の関係ではなく、国境を越えた人と人とのつながりで成り立つのだと改めて実感しました。済生会滋賀県病院で培われる高度急性期・救命救急の力は、国内外の災害医療にも通じます。この経験を院内の教育や人材育成に還元し、必要とされる場所で力を発揮できる医療者を育てていきたいと思います。



国際緊急援助隊(JDR)医療チーム
右端は当院看護師の若原聖徳さん



創立記念日休診のお知らせ

下記日程は創立記念日のため、通常診療を休診とさせていただきます。

2026年 10 月 23 日(金)

大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。
通常の土日祝と同様に、救急患者さんのみ救急センターにて受付いたします。



個室改修工事および個室料金改定のお知らせ

9月14日より、療養環境の向上を目的として、個室(特別室・A個室・B個室)および一般浴室の改修工事を順次実施いたします。工事期間は約2年間で予定しています。工事期間中は、騒音や振動等によりご不便をおかけする場合がございますが、ご理解とご協力をお願いいたします。なお、個室料金については、改修工事完了後の個室から順次改定いたします。詳細は下記をご覧ください。

室料区分	改定前(税込)	改定後(税込)
特別室	13,200円/日	16,500円/日
A個室	5,940円/日	9,900円/日
B個室	4,400円/日	8,250円/日

※料金は入室・退室時間に関わらず1日単位で発生いたします。
(例:1泊2日でご入院の場合は、2日分のご請求となります)

当院では無料低額診療事業を実施しています

詳細は当院ホームページをご確認ください。



▲HPIはこちら

読者アンケートにご協力ください!

より親しまれる広報紙を目指し、読者アンケートを実施しています。広報誌のご感想やご意見をぜひお聞かせください。いただいたご意見は、今後の誌面づくりの参考にさせていただきます。ご協力をよろしくお願いいたします!



▲回答はこちらから

まちの診療所紹介

～地域のかかりつけ医をご紹介します～

くにとも整形外科

2026年10月1日開院

HPはこちら▶



診療科目:整形外科/リハビリテーション科

☎ 077-572-6023

幅広い治療方針の提言

駐車場20台完備

WEB予約

理学療法士によるリハビリテーション

〒520-2144
滋賀県大津市大萱1丁目3番30号-2



院長 國友 泰輔 先生



地域のための整形外科クリニックをめざします

このたび、瀬田に整形外科クリニックを開業します國友泰輔と申します。

本クリニックでは整形外科の病気に対する治療を行います。整形外科が扱う病気には、膝・腰・肩の痛みやしびれの原因となるものや、捻挫・骨折・脱臼・切り傷などのけがが含まれます。また最近では骨粗鬆症も重要な整形外科の病気となっています。本クリニックでは手術は行いませんが、痛みやしびれを和らげるためのリハビリや治療を行います。

私はこれまで29年間の医師人生において、主に手術による治療を行ってきました。そのため手術に関する知識や経験が豊富にあり、手術をしない治療法から手術による治療法まで幅広く提言することができます。整形外科の病気でわからないことや、手術に関することでもお気軽に相談していただければと思います。

地域の皆様のための整形外科クリニックをめざしていきたいと願っております。

診療時間

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前診療 9:00~12:00	●	●	—	●	●	●	—
午後診療 15:00~18:00	●	●	—	●	●	—	—

※ 休診日: 水曜・土曜午後・日曜・祝日

※ 診療時間・休診日は変更になる場合があります。受診前に各医療機関へご確認ください。

主な診療内容

こんなときにご相談ください

- 骨折、脱臼
- 腰・膝・肩など関節の痛み
- 手指のしびれ感、坐骨神経痛
- 五十肩、骨粗鬆症
- 交通事故、労働災害
- 低周波・干渉波治療

病院理念

私たちは、済生会の「救療済生」の精神に基づき、安全で質の高い医療の提供と、心温まるサービスを実践し、地域の皆様の安心と幸せな未来へ貢献します。

かけはしNo.252 2026年10月

発行元 社会福祉法人 済生会滋賀県病院

〒520-3046 滋賀県栗東市大橋二丁目4番1号

TEL (077) 552-1221 (代) URL <https://www.saiseikai-shiga.jp/>