

休日健診の実施

仕事の都合などにより平日に受診できない方やご夫婦と一緒に受診したい方達のために、休日健診を実施しました。

実施日 2021年11月3日(水・祝)

健診コースと受診者数

人間ドック	39人
生活習慣病健診	21人
健康診断	44人
婦人科検診	1人

「教えて！健康」公開座談会

2021年度も昨年(2020)年度と同様、WEB配信にて「公開座談会」を行いました。

日時 : 2022年2月24日(木) 15:00~16:30

会場 : 公益財団法人SBS静岡健康増進センター 2階

テーマ: コロナ禍の健康づくり

前編 パンデミックの中で

後編 健康づくりに向けて

参加者: 白井 敏博さん 静岡県立総合病院 呼吸器内科部長
教育研修部長

後藤 幹生さん 静岡県健康福祉部 参事
(健康危機管理担当)

古賀 震 公益財団法人SBS静岡健康増進センター 所長

中島 信明 公益財団法人SBS静岡健康増進センター 副所長

聞き手: 鈴木 通代さん フリーアナウンサー

座談会の模様は3月26日、27日の2日間にわたり静岡新聞朝刊に掲載され、後日、配布用に小冊子にまとめられました。

※企画協力/ 静岡新聞社・静岡放送

よろず相談の取り組み

2021年度の乳がん検診受診者は8,994人でうち24人(0.3%*)に乳がんが発見されています。実際乳がんと判明できた頻度は少ないですが、乳がんと紛らわしい所見や正常とは言えないが明らかに良性であるものなどの所見はその数十倍もみられます。そのような判定の方には、心配が先立ち所見の捉え方、所見の意味合い、所見の不理解から評価判定がうまく伝わっていないことも多く見られます。所見の理解が未消化で心配だけを抱え込まれている受診者のため、正確な所見伝達、補足説明の目的で2020年9月より乳腺専門医 中上医師による“よろず相談”を開始しました。相談方法は電話(毎週(金)午後)あるいはメール(日時間問わず)で受け付け、2021年度はメール49件、電話8件の相談に対応しました。電話対応では相談相手に説明内容を理解してもらえたかどうか比較的把握しやすい一方、メール相談では多くの場合返信がない限り一方通行で内容理解の把握は困難でしたが、少しでも受診者の不安解消に役立てば意味があると考えており継続の方針です。

*学会指針では乳がん検診におけるがん発見率の目標値は0.23%

楽・ラク運動教室の実施

当センター2階の運動室にて、検査の間や検査終了後に気軽に参加できる運動教室を1日4回開催しています。所要時間は約30分間で、ウォーキングインストラクターによる正しい歩き方、簡単なストレッチなどを紹介しています。普段の生活に必要な筋肉の使い方や、姿勢よく過ごすためのポイント、お腹周りのお肉の減らし方などを、実際に身体を動かしながら教わることができます。楽しい音楽にあわせて身体を動かすことで、ストレス解消、リフレッシュになります。

2021年度は、1,200名以上の方にご参加いただきました。

