



相澤健康センター
Aizawa Health Checkup Center

Aizawa Health Checkup Center

人間ドック・健診のご案内



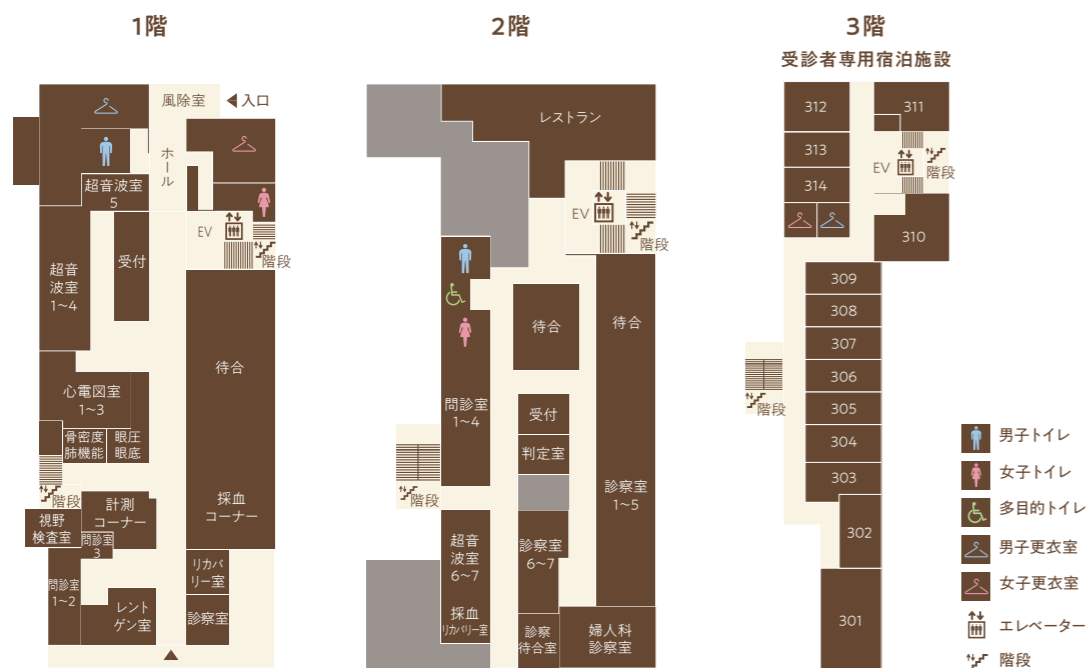


快適な空間でくつろぎながら受ける 幅広い検査項目の上質な人間ドック

相澤健康センターは、相澤病院に隣接し高度な検査機器を備える人間ドック・健診の専門施設です。充実の検査項目に、レストランでの美味しい食事、落ち着いてくつろげる宿泊施設に加えスタッフのきめ細やかな対応で、あなたの健康チェックを快適にサポートします。

- 幅広い検査項目とコース
- 高度な検査機器
- 快適な空間と上質な食事
- 選べるオプション検査
- 丁寧できめ細やかな接遇
- 専門スタッフが健康管理をサポート

フロアのご案内



専用レストラン「ヒカリヤ」



松本市にある名店「ヒカリヤ」の美味しいお料理をお召し上がりいただけます。昼食には地元産の野菜を彩りゆたかに取り入れたナチュラルフレンチを、夕食(2日ドック)は旬の食材を中心とした和食の御膳をご用意しております。人間ドックとともに上質な食事をごゆっくりお楽しみください。

2日ドック受診者専用宿泊施設



まるでホテルのように、きれいで落ち着いた雰囲気の宿泊施設。シングルルームのほか、ご夫婦やお友達同士でゆったりお過ごしいただけるツインルーム、段差のないバリアフリールームもご用意しております。ゆっくりと安心しておくつろぎください。

プレミアムドック

対象 75歳以下

月▶木 実施

¥253,000 (税込)

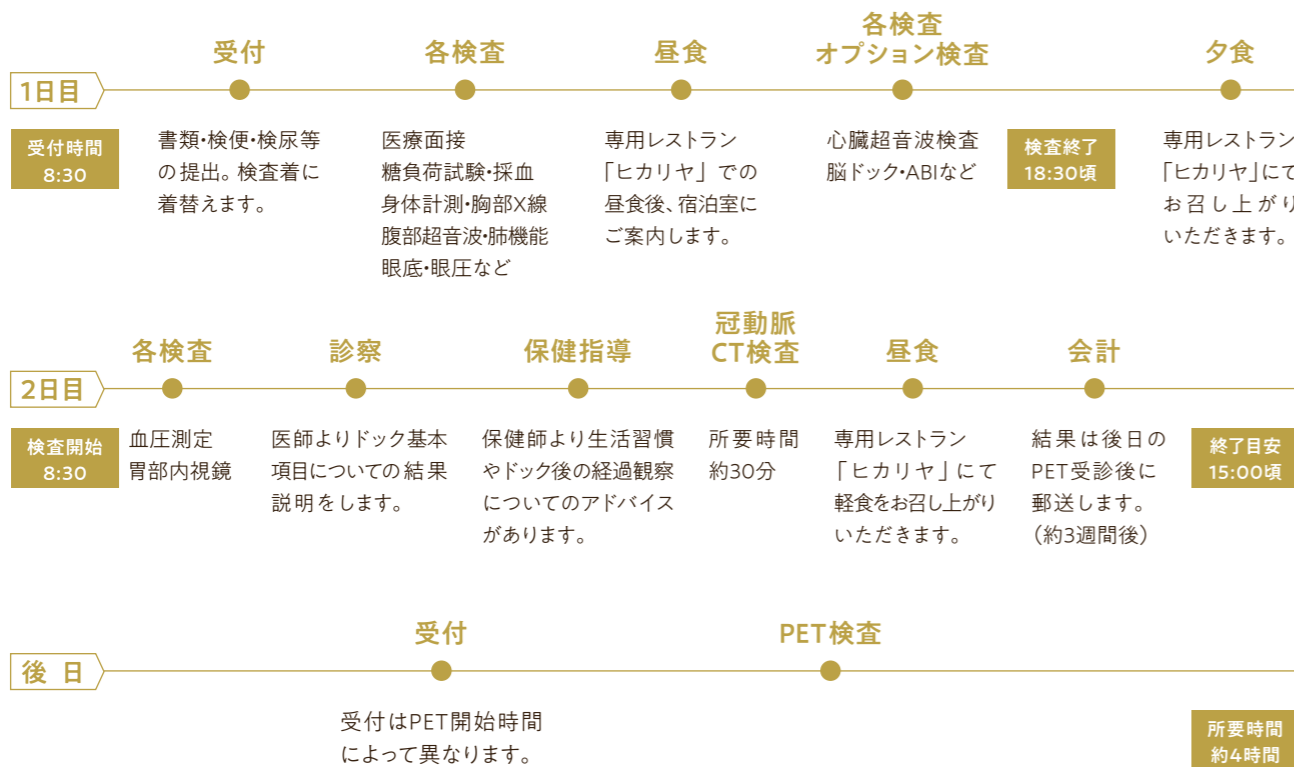
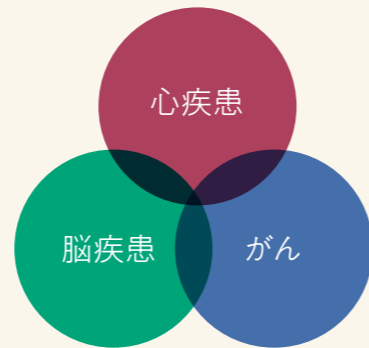


ずっと健康でいたいから
三大疾病を見逃したくない。
体の隅々までをチェックする
健康と向き合う3日間。



三大疾病の予防と早期発見 健康維持をめざす特別な人間ドック

2日ドックコースに心臓検査、脳検査、PET検査を加え
三大疾病の予防と早期発見をめざし、最大限に充実させたコースです。
精度の高い検査と担当保健師による個別案内で
ゆっくりとくつろぎながら検査をお受けいただけます。



心臓検査

心筋梗塞や狭心症の早期発見のために心臓の状態をチェックします。

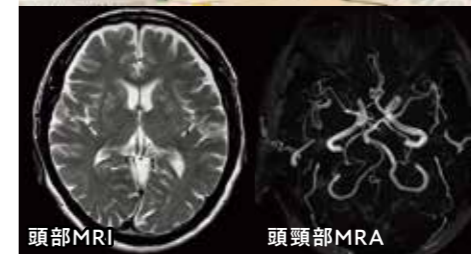
- 冠動脈CT検査 (造影剤使用)
- UCG (心臓超音波検査)
- ABI (足関節上腕血圧比)
- NT-proBNP (血液検査)



脳検査

脳梗塞や脳腫瘍、脳出血、脳動脈瘤、血管の閉塞・狭窄の発見、動脈硬化の程度をチェックします。

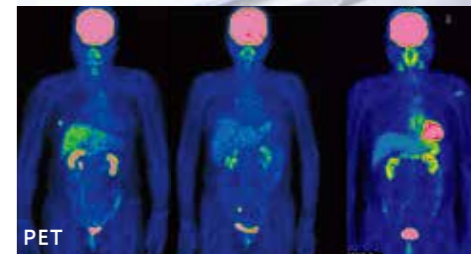
- 頭部MRI・頭頸部MRA検査
- 頸動脈超音波検査



PET検査

小さながんでも発見できるPET/CTで全身を一度にチェックします。

- PET検査
- ※後日の検査になります



※オプション検査も追加できます。追加できるオプション検査は、P16~26をご確認ください。

ご予約される方へ

以下の方は検査を受けられません。

- 妊娠中の方、妊娠の可能性のある方
- 検査時に造影剤を使用するため、今までに造影剤で副作用のあった方
- βブロッカー剤でアレルギーのある方
- 気管支喘息のある方
- 糖尿病治療中で「ビッグアナイド系経口糖尿病薬(メトホルミン製剤メトグルコ錠等)を服用している方
- 腎機能が悪い方
- 重い甲状腺疾患、心疾患、肝障害、マクログロブリン血症、多発性骨髄腫、テタニー、褐色細胞腫のある方
- 医師の判断により、安全に検査を施行できない危険性がある方
- 心臓のペースメーカー、体内金属他、MRI検査やCT検査の施行にあたって禁忌事項がある方(脳11P、CT18Pをご参照ください)

2日ドック 標準コース

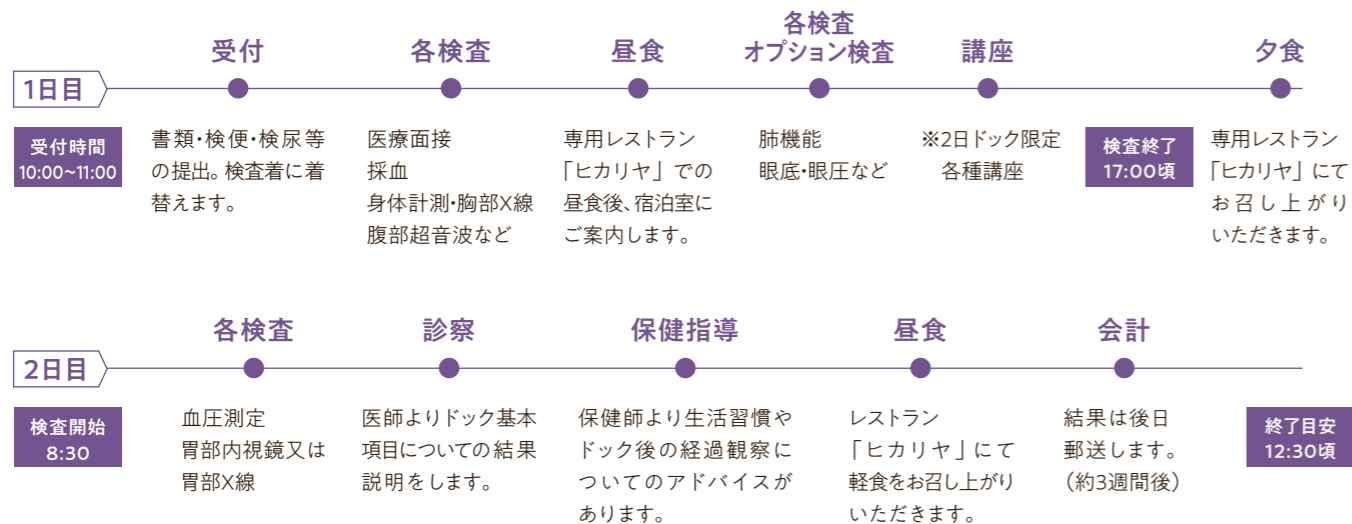
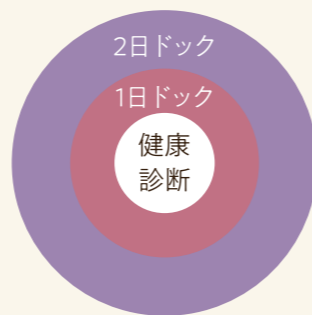
月▶金 実施

¥71,500 (税込)



2日間でゆったりと 総合的な健康チェックができる宿泊コース

豊富なオプション検査を組み合わせることで、ご自身に最適な内容へとカスタマイズできる宿泊ドック。7~8ページでご紹介する「おすすめ4コース」では、特に気になる部位を2日間で集中的にチェックすることが可能です。ホテルのような専門宿泊施設や、レストラン「ヒカリヤ」でのおいしい食事を愉しみながらゆっくりとお過ごしください。



※2日ドック限定各種講座は希望者のみです。
(検査の進行状況やオプション検査の内容によっては受けられないことがあります)

愉しみながら、しっかりと。
充実の検査内容で
健康を見つめ直す2日間。



充実した幅広いメニュー

1日ドックの項目に加え、主に以下の検査が含まれます。

- 簡易自動視野
- 血液像
- 歯科チェック
- 下腹部超音波
- 骨密度超音波
- 腫瘍マーカー (膀胱がん除く)
- 血清鉄 (女性のみ)

2日ドック限定講座

健康講座

毎年テーマをかねて保健師が「健康講座」を行っています。健康増進・維持にお役立てください。



カラダチェック講座

相澤健康医科学センター(JAMS)のスタッフによるカラダチェック講座

ウォーキング講座

健康運動指導士と実際に歩いて、ウォーキング指導を行います。ポールウォーキングも体験できます。



栄養指導

相澤病院の管理栄養士による個別栄養指導

おすすめのオプション検査

●胸部(肺)CT

通常の胸部X線では見つからない、小さな肺がんも早期に発見できる検査



¥5,500(税込)

●スタンダード脳ドック

¥22,000(税込)

●シルバー脳ドック

¥27,500(税込)

女性におすすめ

●子宮頸部細胞診・内診・経膈超音波

子宮頸がんを調べる検査。子宮頸部の細胞をとり、がん細胞の有無を調べます



¥5,500(税込)

●マンモグラフィ(2方向)

専用板で乳房を挟み、X線で撮影し、乳がん初期症状の1つである微細な石灰化などを調べる検査

¥4,400(税込)

●乳房超音波

超音波で乳房を観察し、小さなしこりや病変内部を調べる検査

¥3,850(税込)

※追加できるオプション検査は、P16~26をご確認ください。

2日ドック 心臓検診 コース

対象75歳以下

月・木 実施

¥134,860 (税込)

2日ドックに、心臓検査と動脈硬化に焦点を
当てた検査項目をプラスしたコース

このような方におすすめ

- 健診で血圧・コレステロール・血糖値のいずれかが高いと指摘された方
- タバコを吸う方、または、過去に長く吸っていた方

● 冠動脈CT検査 (造影剤使用)

血管を診る

心臓に酸素や栄養を送る重要な血管である冠動脈が細くなっていないかCT検査でチェックします。

● 心臓超音波検査

ポンプ機能を診る

心臓の動きや弁の状態を超音波検査でチェックします。

● NT-proBNP (血液検査)

心臓の疲れを診る

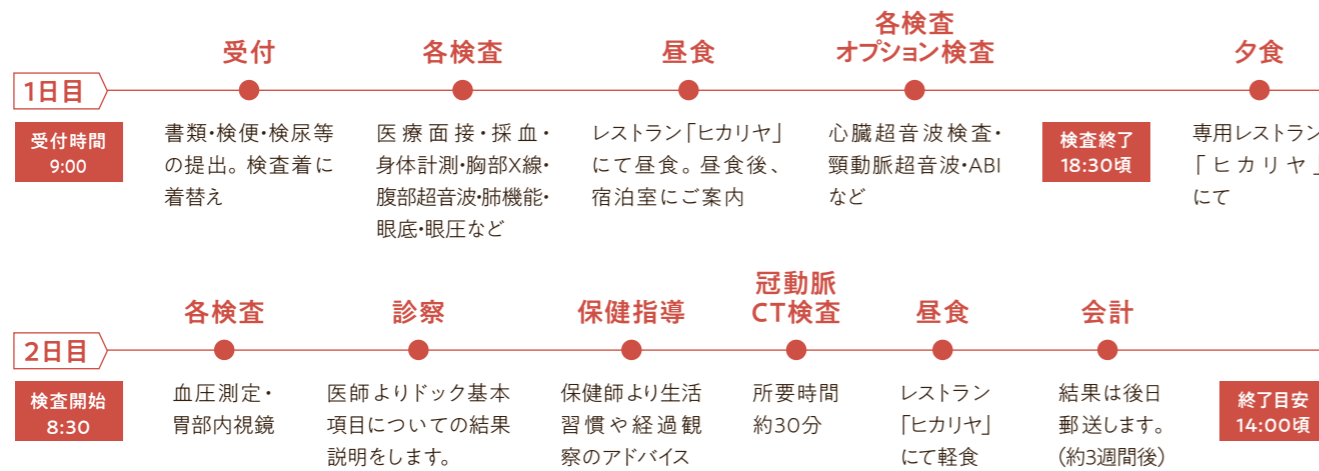
心臓が疲れていたり、負担がかかったりしたときに心臓自身が血液中に出すホルモンを測ります。

● ABI (足関節上腕血圧比)

両腕・両足の血圧を同時に測ることで足の血管の詰まりと血管の硬さを数値化します。

● 頸動脈超音波検査

脳へと向かう頸動脈の動脈硬化を調べる検査です。



※2日ドック限定各種講座は希望者のみです。(検査の進行状況やオプション検査の内容によっては受けられないことがあります) ※胃バリウム検査は選択できません。

ご予約される方へ

以下の方は検査を受けられません。

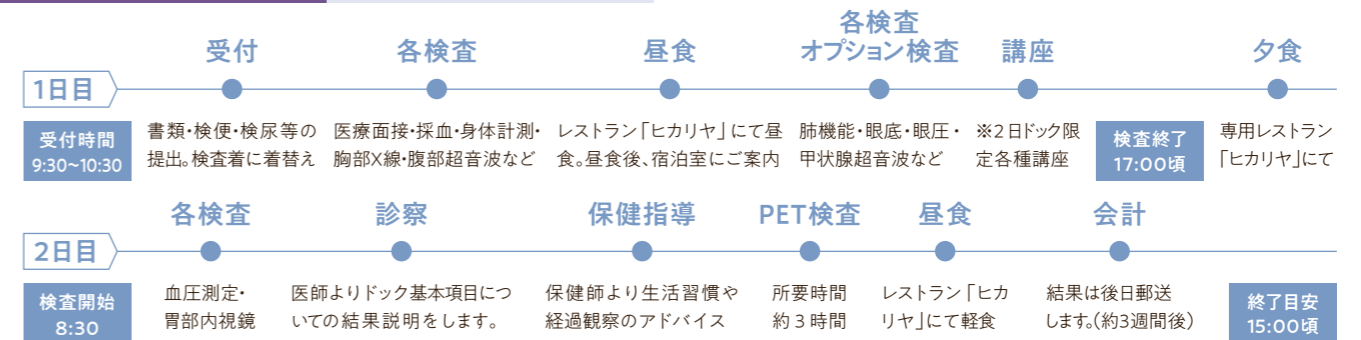
- 妊娠中の方、妊娠の可能性がある方
- 検査時に造影剤を使用するため、今までに造影剤で副作用のあった方
- βブロッカー剤でアレルギーのある方
- 気管支喘息のある方
- 糖尿病治療中で「ビッグアナイド系経口糖尿病薬(メトホルミン製剤メトグルコ錠等)を服用している方
- 腎機能が悪い方
- 重い甲状腺疾患、心疾患、肝障害、マクログロブリン血症、多発性骨髄腫、テタニー、褐色細胞腫のある方
- 医師の判断により、安全に検査を施行できない危険性がある方
- CT検査の施行にあたって禁忌事項がある方(CI18Pをご参照ください)

2日ドック PET検診 コース

月・木 実施
¥151,250 (税込)

2日ドックにPET検査を プラスしたコース

※PET検査の内容についてはP13-14をご覧ください。



※2日ドック限定各種講座は希望者のみです。(検査の進行状況やオプション検査の内容によっては受けられないことがあります) ※胃バリウム検査は選択できません。

2日ドック 膵臓検診 コース

金 実施
¥110,000 (税込)

2日ドックに、膵臓に特化したMRI検査と 血液検査をプラスしたコース

※膵臓検診の内容についてはP20をご覧ください。



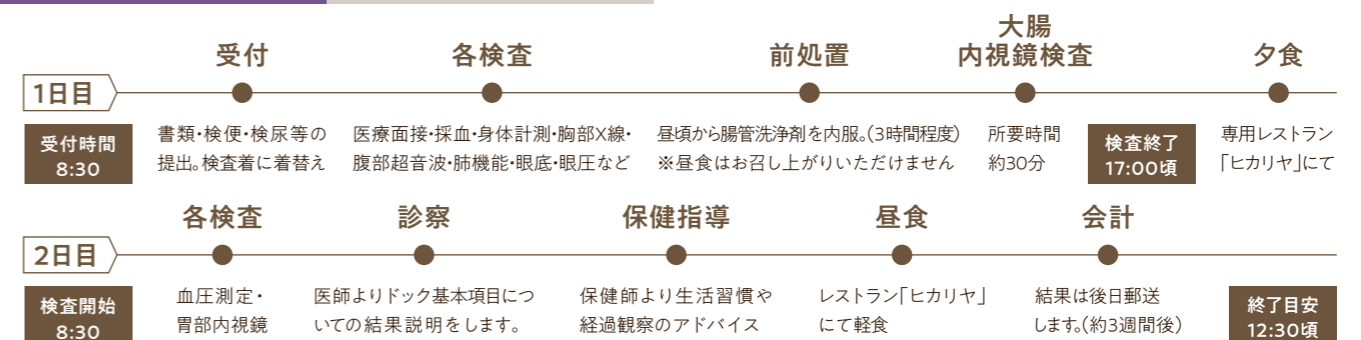
※2日ドック限定各種講座は希望者のみです。(検査の進行状況やオプション検査の内容によっては受けられないことがあります) ※胃バリウム検査は選択できません。

2日ドック 大腸検診 コース

対象75歳以下
月・木・金 実施
¥93,500 (税込)

2日ドックに大腸内視鏡検査を プラスしたコース

※大腸検査の内容についてはP15をご覧ください。



※2日ドック限定各種講座は選択できません。※検査前2日間は食事内容に制限があります。※胃バリウム検査は選択できません。

注意事項 ● 処置の状況や体調により検査を中断した場合、使用した薬剤等の料金はお支払いいただけます。

1日ドック

月▶土 実施

¥44,000 (税込)



毎年の健康チェックに最適な 日帰りで受診できる標準コース

人間ドック学会の基本項目を全て含む質の高い検査を
日帰りで受診できるコースです。

昼食は館内のレストランでゆっくりとお楽しみください。



受付

受付時間
7:45~9:30

書類・検便・検尿等の提出。
検査着に着替えます。

各検査

医療面接・採血
身体計測・血圧測定
胃部内視鏡又は胃部X線
腹部超音波・胸部X線
など

診察

医師よりドック基本項目について
の結果説明を行います。

保健指導

保健師より生活習慣
やドック後の経過観
察についてのアドバ
イスがあります。

昼食

専用レストラン
「ヒカリヤ」にて
お召し上がり
いただけます。

オプション検査

※一部の検査は昼食
後に実施します。
予約時にご確認
ください。

会計

結果は後日
郵送します。
(約3週間後)

終了目安
15:00頃

気軽に、しっかりと。
健康チェックの後は
ご褒美ランチを愉しむ
贅沢なひととき。



昼食
レストラン
「ヒカリヤ」

満足できる標準メニュー

人間ドック学会の基本項目を全て含み、
健康診断より充実した検査項目です。

- 胃部内視鏡又は胃部X線
- 上腹部超音波 ● 眼底・眼圧
- 肺機能 ● 医師による結果説明



胃部内視鏡検査



胸部X線検査



胃部X線(バリウム)



診察



上腹部超音波検査

おすすめのオプション検査



胸部(肺)CT

通常の胸部X線では見つからない、
小さな肺がんも早期に発
見できる検査

¥5,500(税込)

腫瘍マーカー

血液検査で腫瘍マーカー
の値を測定します

膵臓がん ¥6,490 (税込)
(CA19-9・APOA2)

大腸がん他 ¥1,320 (税込)
(CEA)

前立腺がん ¥1,540 (税込)
(PSA)

卵巣がん ¥1,760 (税込)
(CA125)

女性におすすめ

●子宮頸部細胞診・内診・経膈超音波

子宮頸がんを調べる検査。
子宮頸部の細胞をとり、がん
細胞の有無を調べます

¥5,500(税込)



●マンモグラフィ(2方向)

専用板で乳房を挟み、X線で
撮影し、乳がん初期症状の1つ
である微細な石灰化などを
調べる検査

¥4,400(税込)

●乳房超音波

超音波で乳房を観察し、
小さなしこりや病変内部を
調べる検査

¥3,850(税込)

※追加できるオプション検査は、P16~26をご確認ください。

脳ドック

人間ドックのオプションとして追加することができます

月▶土 実施
¥22,000(税込)~

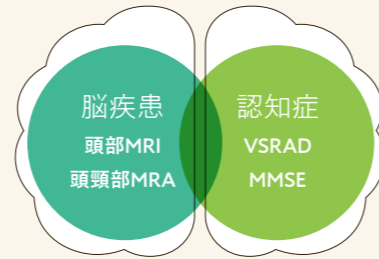


脳の病気は予防が大切 脳疾患を早期に発見するためのコース

脳疾患の早期発見を目的とするMRI・MRA検査を行います。脳卒中の危険因子や家族歴のある方におすすめのコースです。また脳疾患の検査にあわせ、認知症の可能性もチェックできるVSRAD・MMSE検査を含むコースもご用意しております。

脳卒中の危険因子

- 高血圧 ● 脂質異常症 ● 糖尿病 ● 喫煙 ● 大量飲酒
- 肥満 ● 運動不足 ● 不規則な生活 ● ストレス



受付

受付は脳検査開始時間によって異なります。

各種検査

コース別 所要時間	検査項目	所要時間
スタンダード脳ドック	頭部MRI・頭頸部MRA	約1.5時間
シルバー脳ドック	頭部MRI・頭頸部MRA・VSRAD	約2時間
学会推奨脳ドック	頭部MRI・頭頸部MRA・VSRAD・MMSE	約3時間

会計

オプション検査により終了時間は前後します。結果は後日郵送します。(約3週間後)

ご予約される方へ

以下の方は検査を受けられません。

- 次の金属・機器を使用している方【ペースメーカー・植込み型除細動器・植込み型心電計・脳室シャント・人工内耳・義眼・神経刺激装置・骨成長刺激装置・ステント(埋込み後3ヶ月以内)】
- 妊娠中の方、妊娠の可能性がある方
- 眼球内の金属異物(旋盤等金属加工の仕事、爆発等の事故)がある方
- 入れ墨やアートメイクをしている方
- ネイルアート(ジェルネイル、マグネットネイルなど)をしている方

以下の方は検査ができないことがありますので、事前にお問い合わせください。

- 骨折後の固定金属、人工関節、脳動脈クリップ、心臓人工弁、静脈フィルター、避妊リング、その他の体内金属が入っている方
- インスリン注入ポンプ、持続グルコース測定器装着中の方
- インプラント、歯科矯正器具を使用中の方
- 閉所恐怖症
- 濃い化粧、整髪料、髪染め
- 検査中、30分間仰向けで静止の姿勢がとれない方
- 現在脳の病気で経過観察中の方

気づかいうちに進行する
脳の病気と認知症。
定期的にチェックして
予防をしておきたい。



スタンダード脳ドック

脳疾患を早期に発見する検査。MRIとMRAで脳梗塞や脳動脈瘤などを調べます。

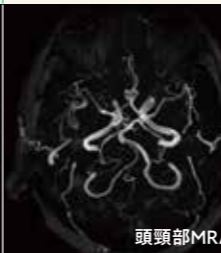
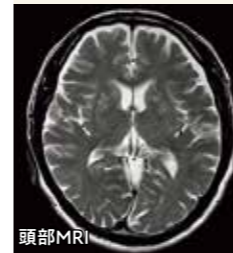
- 頭部MRI ● 頭頸部MRA

頭部MRI

MRIは人体の断面を画像化する検査です。MRIで症状のない脳梗塞や脳腫瘍、脳出血のあとなどが発見できます。

頭頸部MRA

MRAは脳の血管を画像化する検査です。脳動脈瘤や太い血管の閉塞、狭窄などが発見できます。



シルバー脳ドック (対象50歳以上)

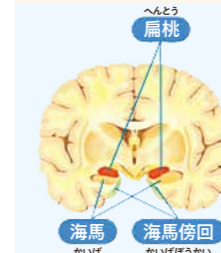
認知症+脳疾患を早期に発見する検査。スタンダード脳ドックに加えてMMSEとVSRADで、認知症の可能性を調べます。

- 頭部MRI ● 頭頸部MRA
- VSRAD ● MMSE

VSRAD

アルツハイマー病の時に萎縮する海馬をMRIで撮影し数値化します。個体差もあるため必ずMMSEと合わせて認知症の判定を行います。

※53歳以下、86歳以上は解析値が参考値となります。



MMSE

(認知症スクリーニング検査) 簡単な質問に答え認知機能を検査する簡易テストです。



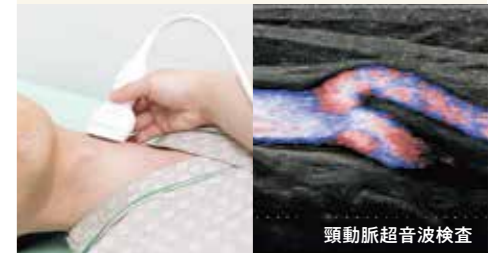
学会推奨脳ドック

脳ドック学会推奨項目を含む脳関連検査を余すところなく凝縮したコースです。

- 頭部MRI ● 頭頸部MRA
- MMSE ● 頸動脈超音波検査
- 心電図 ● 血液検査
- 眼底 ● 内科診察

頸動脈超音波検査

頸動脈の動脈硬化の程度で、脳血管疾患の予測因子を評価します。



脳ドック検査項目

検査項目	○:コース内 ▲:オプション可 -:オプション不可			料金(税込)
	スタンダード脳ドック	シルバー脳ドック	学会推奨脳ドック	
身体計測検査	○	○	○	
眼科検査	○	○	○	
耳鼻科検査	○	○	○	
循環器検査	○	○	○	
画像検査	頭部MRI・頭頸部MRA	○	○	¥4,400
	頸動脈超音波	▲	○	¥3,300
認知機能検査	○	○	○	
尿検査	○	○	○	
血液検査	血液一般	○	○	
	肝機能	○	○	
	腎機能	○	○	
	脂質	○	○	
	糖代謝	○	○	
内科診察	○	○	○	
医療面接(問診)	○	○	○	
医師による結果説明(希望者後日)	○	○	○	
料金(税込)	¥22,000	¥27,500	¥37,400	

※頸動脈超音波は、スタンダードとシルバーコース内に含まれません。ご希望の場合はオプションとして追加することができます。

PET検診

人間ドックのオプションとして追加することができます

月▶金 実施

¥81,400(税込)

人間ドックのオプションは

¥71,500(税込)



がん細胞に目印をつけて撮影する 全身からがんを発見する検査

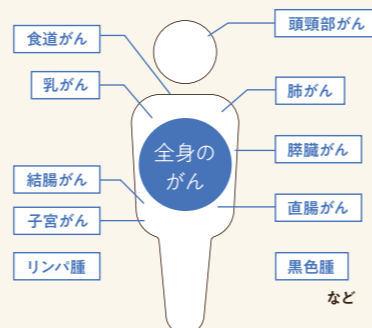
PET/CTを使って、より短時間で安全に全身のがんをチェックします。

がんが心配な方や家族歴のある方におすすめのコースです。

胸部(肺)CT検査や腫瘍マーカーを同時に行う

より精度の高いがん検診です。

PET検査の得意ながん



受付

受付はPET開始時間によって異なります。

PET検査

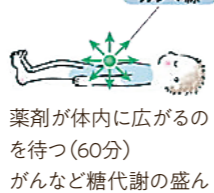
PET検査の流れ



絶飲食(但し水は可)



検査薬を静脈に注射



薬剤が体内に広がるのを待つ(60分)
がんなど糖代謝の盛んなところに薬剤が集積しガンマ線放出
(撮影前に必ずお手洗いを済ませていただきます。)



検出されたガンマ線をPETで撮影(約15分)



検査後30分休憩

会計

結果は後日郵送します。(約2週間後)

所要時間
約5時間

がんは早期で発見し

治療をすれば治る時代。

全身を一度にチェックして

早期にがんを見つきたい。



PET検査とは

PET検査では、ブドウ糖に似た検査薬を体内に注入し、PET/CTで全身の撮影を行います。がん細胞が正常細胞に比べ、ブドウ糖をとり込む性質を利用し、細胞の活動状態を画像化することによって、検査薬の多く集まるところが分かり、がんを発見する手がかりとなります。

全身のスクリーニングが可能

従来の検査は、がんの可能性の高い部位に対してCT等の検査を行っていましたが、PET検査では1回で全身の検査ができます。そのため予想外の部位でのがん発見、転移の有無なども調べる事ができます。

安全性が高い検査

PET検査では放射性薬剤(検査薬)を投与しますが、その被ばく量は胃のバリウム検査と同等です。体内の放射性物質は2時間後に約半分に減り、尿としても排泄されるため翌日にはほとんど体内に残りません。また検査薬の「18F-FDG」はブドウ糖に似た薬剤なので副作用の心配がありません。

得意ながん

- 頭頸部がん ● 肺がん ● 乳がん
- 食道がん ● 膵臓がん ● 結腸がん
- 直腸がん ● 子宮がん ● リンパ腫
- 黒色腫 など

苦手ながん

- 胃がん ● 腎がん ● 尿管がん
- 膀胱がん ● 肝細胞がん
- 胆道がん ● 白血病 など

※上記がんが原発巣の場合、診断は難しいですが、転移・再発に対しては有用な場合もあります。

PET検査の限界

PETでもミリ単位の小さながん細胞は発見できません。また、検査薬(18F-FDG)は炎症などのがん以外の病気にも集積します。このためPETで異常があった場合、がんの確定診断には、さらに他の検査が必要になる場合があります。PET検査にも発見しやすいがんとそうでないがんがあります。PET検査は万能でないことをご理解ください。

PET検診検査項目

検査項目	
身体計測検査	身長、体重、BMI、体脂肪率
循環器検査	血圧、心拍数
画像検査	PET(ポジトロン断層撮影)/CT ※胸部(肺)CT含む
血液検査	腫瘍マーカー 卵巣がん(CA125)※女性のみ 前立腺がん(PSA)※男性のみ
内科診察	
医療面接(問診)	
医師による結果説明(希望者後日)	

ご予約される方へ

以下の方は検査を受けられません。

- 妊娠中の方、妊娠の可能性のある方 ● 授乳中の方
 - ペースメーカー、植込み型除細動器、脳深部刺激装置、インスリン注入ポンプをご使用の方
 - 一週間以内に造影剤(バリウムなど)を使用した検査をした方
- ※内服中の薬がある方、これまでに手術を受けたことがある方は、必ず事前にご連絡ください。

検査が不正確になる可能性がありますので、前日は以下のことをお控えください。

- 身体を使う激しいスポーツ ● 肉体的労働 ● 針治療や注射 ● 飲酒

胃内視鏡検診

第2・3・4・5水 実施

¥15,400 (税込)

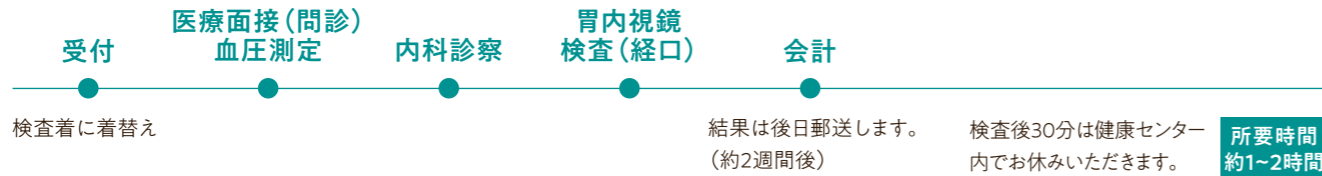
「胃がん」の早期発見に

口から内視鏡を挿入し、食道・胃・十二指腸を観察します。病変があった場合は、病理組織検査も実施できます。(病理組織検査は保険診療となり、別途料金が発生します。)



このような方におすすめ

- 胃カメラをやったことがない
- 毎年バリウム検査で胃がんのチェックをしている
- 塩辛いものやお酒が好きで、よく口にする
- タバコを吸っている(吸っていた)
- 「ピロリ菌がいる」と言われた
- 以前の検査で胃が弱っていると指摘された



ご予約される方へ

以下の方は検査を受けられません。

- 妊娠中の方、妊娠の可能性がある方
- キシロカインアレルギーの方

以下の方は検査を受けられない可能性があります。

- 授乳中の方
- 抜けそうな歯がある方
- 当日収縮期血圧が180mmHg以上の方

大腸内視鏡検診

(対象75歳以下)

人間ドックのオプションとして追加することができます

第1水 実施

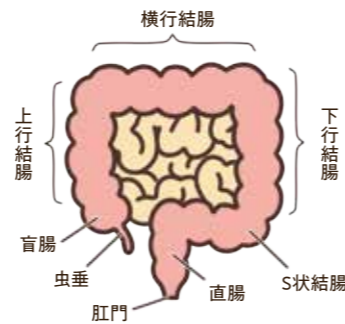
¥24,200 (税込)

人間ドックのオプションは

月木金 実施 ¥22,000 (税込)

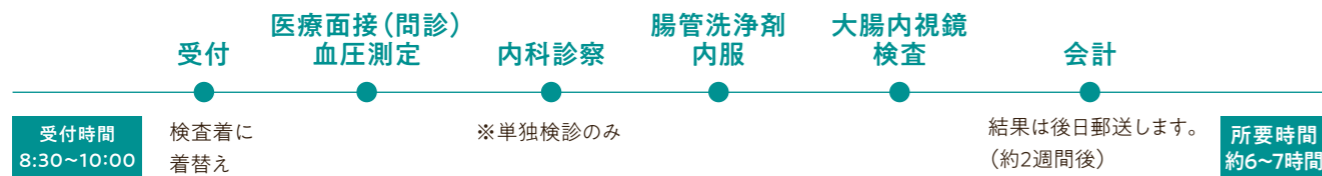
「大腸がん」の早期発見に

肛門から大腸に内視鏡カメラを挿入して盲腸まで観察する検査です。病変を直接見ることができるため、検査中に病変の組織を採取することもできます。(病理組織検査は保険診療となり、別途料金が発生します。)
※人間ドックオプションの場合は、大腸内視鏡検診の他に大腸CT検査(P20)も選択することができます。



このような方におすすめ

- 喫煙
- アルコールの多飲
- 運動不足
- 肥満
- 赤身肉や加工肉をよく食べる
- がん家系



大腸CT検査と比べた長所

- 直接観察するため病変が見つかりやすい
- 組織検査ができる
- 色や硬さの情報がある

大腸CT検査と比べた短所

- 大腸のひだや曲がり角の裏などの観察が苦手
- 苦痛を伴うことがある
- 前処置が大変
- 出血や穿孔の危険性

ご予約される方へ

以下の方は検査を受けられません。

- 妊娠中の方、妊娠の可能性がある方
- 授乳中の方
- 人工透析中の方

以下の方は検査を受けられない可能性があります。

- 便秘の強い方
- 腸管の閉塞・炎症・出血が疑われる方
- 当日収縮期血圧が180mmHg以上の方
- 腸閉塞や腹部手術の既往(事前にお問い合わせください)

注意事項

- 処置の状況や体調により検査を中断した場合、使用した薬剤等の料金はお支払いいただきます。
- 結果は報告書を郵送いたします。

オプション検査のご案内

※オプション検査は完全予約制のため、ご希望の場合は必ず事前にお申し込みください。

ドック 「人間ドック」に追加できます。

健診 「健康診断」に追加できます。

単独 単独でご受診できます。

目次

循環器検査	P16	婦人科検査	P22
動脈硬化検査	P16	乳房検査	P23-24
呼吸器検査	P17-18	甲状腺検査	P25
消化器検査	P19-20	運動関連検査	P26
血液検査	P21	検査項目一覧	P27-30

脳ドック検査・PET検査を追加することもできます。脳ドック(P11-12)、PET検査(P13-14)をご覧ください。



循環器検査

心臓の病気が心配な方におすすめ

● 心臓超音波検査 **ドック**

料金 ¥11,000 (税込)

超音波で心臓の動きや弁の動き、心臓内の血流などを調べる検査

心臓の大きさ、壁の厚さ、弁の状態や心臓内の血流の流れ(逆流の有無や流速など)がわかります。放射線による検査ではないため、放射線被曝の心配はありません。

このような方におすすめ

- 心電図で異常を指摘されている方
- 家族に心臓病の人がいる方
- 生活習慣病(高血圧、脂質異常、糖尿病など)がある方
- 心臓の病気が心配な方

以下の方は検査対象外とさせていただきます。

- 2日ドックの方で「がん・膵臓・大腸」のいずれかの検診コースを選択された方
- 1日ドックの方で当日、PET検査を実施される方
- 検査中、30分仰向けや左側臥位の姿勢がとれない方



動脈硬化検査

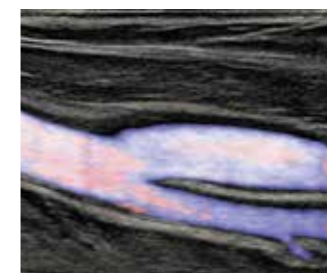
動脈硬化が心配な方におすすめ

● 頸動脈超音波 **ドック**

料金 ¥4,400 (税込)

脳梗塞や心筋梗塞の原因となる動脈硬化の状態を調べる検査

頸動脈は動脈硬化の好発部位。頸動脈内にプラークがあると、脳梗塞の原因となることもあります。また、頸動脈が狭窄や閉塞すると脳血流が悪くなることもあります。





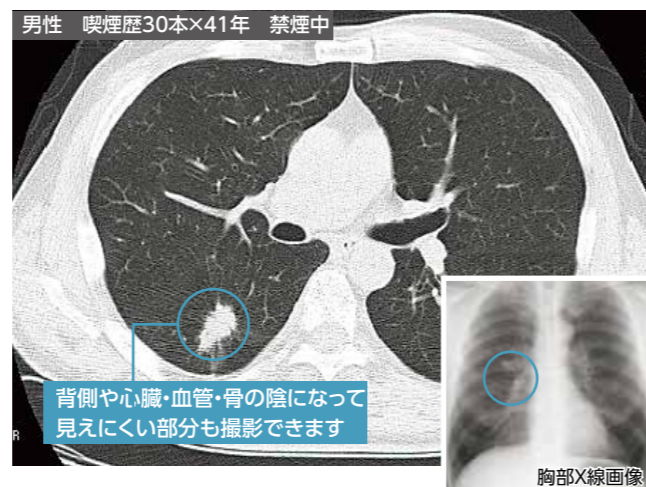
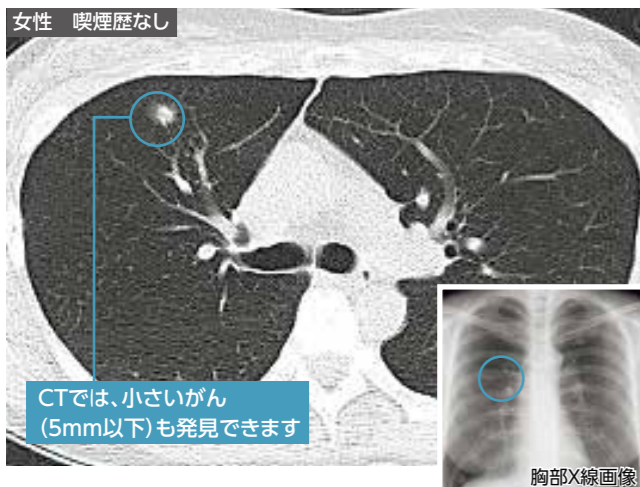
呼吸器検査

肺がんなどの呼吸器疾患が心配な方におすすめ

● 胸部(肺)CT ドック 健診 単独

通常の胸部X線では見つからない
小さな肺がんも早期に発見できる検査

胸部CTは、胸部X線では発見できない小さながん(5mm以下)や背側、心臓、血管、骨の陰になって見えにくい部分のがんを発見できます。低線量CTを用いて、照射線量を必要最小限まで低減させています。



料金 **¥5,500** (税込)
単独実施は **¥6,050** (税込)



期待される利益	起こりうる不利益
もし肺がんになっていた場合、早期に病変が発見され、適切な治療を受けることで救命できる可能性があります。また肺がん以外の疾患が偶然発見されることもあります。	しばしば小さい病変が見つかりますが、体に負担のかかる精密検査や長期間の経過観察を行っても、結果的に肺がんでない場合や、がんであるか否か判断できない場合もあります。 低線量とは言っても放射線被曝はあります。 特に40歳未満では肺がんCT検査による不利益が利益を上回る可能性が指摘されています。

注意事項

CTでも見えにくい場所に発生するがん、数か月で急速に大きくなるがん、小さくてもすでに転移を来しているがんもあり、CT検査と言えども早期に発見することが難しい場合があります。

個人のリスクに合った間隔で、胸部CT検査を受けましょう

近年、肺がんCT検査による利益(肺がん発見による余命延長)と不利益(放射線被曝による健康への影響)のバランスを考慮して、個人のリスクに合った肺がんCT検査が求められています。

相澤健康センターでは、適正な肺がんCT検査をご案内するためにフローチャートを作成しました。参考にさせていただきます。

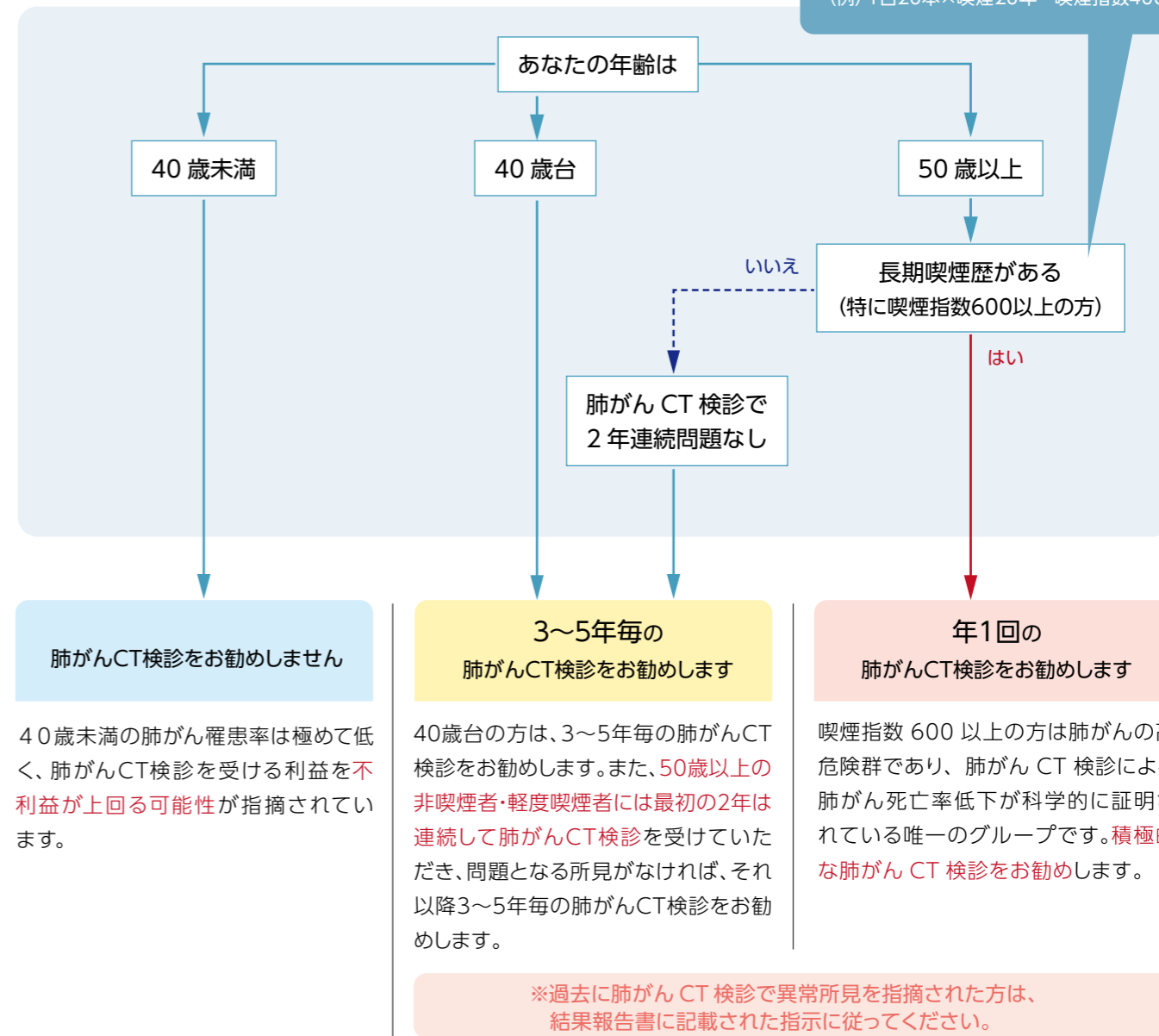
なお、肺がんCT検査は任意検査であり、肺がんの家族歴がある方や、受動喫煙による心配がある方、長期喫煙歴がない方でも不安のある方におかれましてはこの限りではありません。

このような方におすすめ

- 40歳以上の方
- 長期喫煙歴のある方(禁煙された方も含む)
- 受動喫煙が心配な方
- 近親者に肺がんの既往歴がある方

肺がんCT検診 受診間隔フローチャート

喫煙指数 = 一日平均喫煙本数×喫煙年数
(過去の喫煙も含む)
(例) 1日20本×喫煙20年=喫煙指数400



以下の方は胸部CT検査を受けられません。

- 妊娠中、妊娠の可能性がある方
- 短時間の息止めができない方
- ペースメーカー、植込型除細動器、脳深部刺激装置を装着されている方
- 一週間以内に造影剤(バリウムなど)を使用した検査をした方

以下の方は胸部CT検査を受けられない可能性があります。

- 持続グルコース測定器、インスリンポンプなどを装着されている方は、放射線検査により機器の作動に影響が出る可能性が報告されていますので事前にご相談ください。
- 1年以内に医療機関で胸部CT検査を受けられた方は、肺がんCT検査が不要である可能性が高いため、事前に主治医にご相談ください。

● 睡眠時無呼吸スクリーニング ドック

料金 **¥2,200** (税込)

睡眠中の血中酸素飽和度を調べる検査

睡眠時無呼吸症候群とは、睡眠時に呼吸が止まり、体への酸素供給量が減ってしまい、だるい・日中眠い他さまざまな合併症をもたらします。特にいびきがひどい方におすすめします。



消化器検査

大腸がん・胃がん・膵臓がんが心配な方におすすめ

● 経鼻内視鏡 ドック 健診

※前処置に時間がかかるため人数の制限があります。

鼻から細い内視鏡カメラを入れて検査します

口からに比べて嘔吐反射が軽減されます。

以下の方は検査を受けられません。

- 妊娠中の方、妊娠の可能性がある方 ● 授乳中の方
- 抗凝固剤、抗血小板薬を服用中の方
- 鼻炎などで鼻づまり・鼻通りの悪い方 ● キシロカインアレルギーの方

以下の方は検査を受けられない可能性があります。

- 当日収縮期血圧が180mmHg以上の方
- 鼻腔が狭い、変形がある方

健康診断の方

料金 ¥ 3,300 (税込)

人間ドックの方は追加料金なし



● 静脈麻酔使用内視鏡検査 (対象65歳以下) ドック

料金 ¥ 11,000 (税込)

静脈麻酔の薬(プロポフォール)を投与し、眠った状態で胃内視鏡検査を実施します

検査後、最長2時間ほど点滴を投与しながら経過観察します。

以下の方は検査を受けられません。

- 妊娠中の方、妊娠の可能性がある方 ● 授乳中の方
- 静脈麻酔成分(大豆油、グリセリン、卵黄レシチンなど)にアレルギーがある方

以下の方は検査を受けられない可能性があります。

- 睡眠時無呼吸症候群の方 ● 抗不安薬を内服中の方
- てんかんの既往がある方 ● 心臓病の方
- 当日収縮期血圧が180mmHg以上の方 ● 抜けそうな歯がある方

【対象者】

- ①過去にキシロカインアレルギーを起こしたことがある方
- ②過去に経口や経鼻内視鏡検査の際、激しい嘔吐反射、体動等のため安全に検査ができなかった方

注意事項

- 当センターでは人間ドック学会の指針に基づき、内視鏡検査の際、原則、鎮痛剤や鎮静剤は使用しておりません。対象者に該当する方以外のお申し込みはご遠慮ください。
- 当日、車・バイク・自転車の運転、高所での作業、火を使う作業はできません。他、注意事項がございますので受けられる方は事前の案内資料の内容をよくご確認ください。

● ヘリコバクター・ピロリ菌 ドック

ピロリ菌感染を調べたい方におすすめ

胃がんの原因となるピロリ菌を検出します

尿素呼吸試験 検査薬の服用前後で呼吸を採取し、検査します。

血中ピロリ菌IgG抗体 ピロリ菌に対する抗体の有無で、ピロリ菌に感染しているかを判定します。



料金 ¥ 5,500 (税込)

以下の方は検査を受けられません。

- 妊娠中、妊娠の可能性がある方
- 授乳中 ● 胃切除後の方
- 潰瘍を治療中の方
- ピロリ菌除菌中 ● 除菌後1ヶ月以内
- 胃薬(PPI)や抗生剤を服用中または服薬後2週間未満

● ABC検診 ドック

胃検査を行わない方におすすめ

料金 ¥ 5,500 (税込)

血液検査で胃がんのリスクがわかります

血中ピロリ菌IgG抗体 ピロリ菌に対する抗体の有無で、ピロリ菌に感染しているかを判定します。

血清ペプシノゲン 胃粘膜萎縮の程度を検査します。

胃がんになりやすい状態かを2項目の組み合わせで判定します。

ABC分類	A群	B群	C群	D群	E(ピロリ除菌)群 ABC検診対象外
血中ピロリ菌IgG抗体	(-)	(+)	(+)	(-)	-/+
血清ペプシノゲン	(-)	(-)	(+)	(+)	-/+
胃がんの危険度	低	→			高
画像診断	※				定期的に胃内視鏡検査を受ける

※自覚症状のある人、過去に画像診断を受けたことのない人は医師と相談してください。

以下の方は検査を受けられません。

- 上部消化器疾患を治療中の方
- 一部胃薬(PPI)を服用中の方または、服薬後2ヶ月未満
- 胃切除後の方
- 腎不全を治療中の方
- ピロリ菌除菌中または除菌後

● 大腸CT (対象75歳以下) ドック ※ドック同日の実施はできません。

料金 ¥ 27,500 (税込)

カメラを入れずに3D画像で腸内をチェックし、内視鏡(P15)よりも苦痛の少ない検査

肛門から大腸に炭酸ガスを注入してCTを撮影します。

大腸の画像診断法として先進的な検査で、CTから得られる情報で病気を発見します。

大腸内視鏡検査と比べた長所

- 苦痛が少ない
- 合併症が少ない
- 下剤量が少ない
- 大腸のひだや曲がり角の裏などの観察が得意

大腸内視鏡検査と比べた短所

- 少量被曝がある
- 組織検査ができない
- 色や硬さの情報がない
- 平坦な病変は苦手



以下の方は検査を受けられません。

- 妊娠中の方、妊娠の可能性がある方 ● 授乳中の方 ● ヨードアレルギーの方
- 気管支喘息の方 ● 人工透析中、腎不全の方 ● 悪性腫瘍で経過観察中の方
- 腹部の外科手術や内視鏡手術後で経過観察中の方
- 腸管の閉塞・炎症・出血が疑われる方
- 1ヶ月以内に大腸憩室炎を発症した方
- 大腸ポリープや大腸腺腫の既往(大腸内視鏡検査が望ましいため)
- ベースメーカー、植込み型除細動器、脳深部刺激装置を装着している方
- 一週間以内に造影剤(バリウムなど)を使用した検査をした方

以下の方は検査を受けられない可能性があります。

- インスリンポンプ、持続グルコース測定器を使用している方
- 当日収縮期血圧が180mmHg以上の方

注意事項

- 前々日から下剤の内服。前日から検査食を召し上がっていただきます。
- 検査終了時間は15時頃です。
- 処置の状況や体調により検査を中断した場合、使用した薬剤等の料金はお支払いいただけます。
- 結果は報告書を郵送いたします。結果について説明を希望される場合は、改めて予約が必要です。

● 膵臓検診 ドック ※1日ドック同日の実施はできません。

料金 ¥ 38,500 (税込)

膵臓に特化したMRI検査

MRCP

MRI装置を用いて胆嚢や胆管、膵管を同時に描出する検査です。

膵臓の嚢胞性病変や腫瘍を見つけることができます。



血液検査

● **アミラーゼ**

膵臓から分泌されるデンプン(糖質)を分解する消化酵素。膵炎、唾液腺炎で高くなります。

● **CA19-9**

膵臓がんなどの消化器や卵巣などのがんで上昇する腫瘍マーカーです。初期のがんでは正常なこともあります。

● **エラスターゼ1**

膵臓が産生しているタンパク質を分解する酵素。比較的初期の膵臓がんが反応して数値が上がるため、膵臓がんのスクリーニングに有用です。膵炎でも高値を示すことがあります。

● **DUPAN-2**

膵臓がんなどで上昇する腫瘍マーカーです。

このような方におすすめ

- がん家系 ● 膵炎歴・膵嚢胞がある
- エコーで膵臓が見えにくい ● 糖尿病
- アルコールの多飲 ● 肥満 ● 喫煙

以下の方は検査を受けられません。

- 次の金属・機器を使用している方【ベースメーカー・植込み型除細動器・植込み型心電計・脳室シャント・人工内耳・義眼・神経刺激装置・骨成長刺激装置・ステント(埋込み後3ヶ月以内)・腹部の手術後・内視鏡手術後のクリップ】
- 妊娠中の方、妊娠の可能性がある方
- 入れ墨やアートメイクをしている方
- ネイルアート(ジェルネイル、マグネットネイルなど)をしている方
- 眼球内の金属異物(旋盤等金属加工の仕事、爆発等の事故)がある方

注意事項

- 造影剤の使用はありませんが、食事制限があります。
- 検査時間は、30~40分くらいで、痛みや苦痛はほとんどありません。
- 結果は報告書を郵送いたします。結果について説明を希望される場合は、改めて予約が必要です。

以下の方は検査ができないこともありますので、事前にお問い合わせください。

- 骨折後の固定金属、人工関節、脳動脈クリップ、心臓人工弁、静脈フィルター、避妊リング、その他の体内金属が入っている方
- インスリン注入ポンプ、持続グルコース測定器装着中の方
- インプラント、歯科矯正器具を使用している方
- 濃い化粧、整髪料、髪染め ● 閉所恐怖症
- 検査中、30分~40分間仰向けで静止の姿勢がとれない方
- 現在膵臓の病気で経過観察中の方



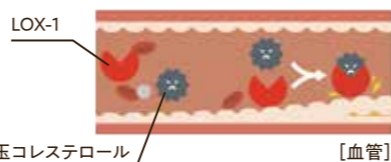
血液検査

● ロックスインデックス(脳梗塞・心筋梗塞発症リスク検査) **ドック**

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。

料金 ¥13,200 (税込)



注意事項

以下に該当する方は、結果が正しく出ません。

- 妊娠中、出産後3ヶ月以内の方
- リウマチ、発熱がある方
- 脂質異常症治療薬、抗血小板薬、降圧薬を服用されている方

このような方におすすめ

- 肥満気味である
- 脂っこい食事や塩辛い食べ物をよく食べる
- 高血圧、脂質異常症、糖尿病などの指摘を受けたことがある方
- たばこを吸っている、もしくは吸っていた
- 定期的な運動をしていない

● アレルギー検査(MAST36) **ドック**

料金 ¥16,500 (税込)

一度に36項目のアレルゲン特異的IgE抗体を測定します

食物系(22項目)		通年性(7項目)		季節性(7項目)	
卵・ミルク	卵白、オボムコイド、ミルク	家塵	ハウスダスト、ダニミックス	1月	スギ、ヒノキ、ハンノキ、シラカバ
穀物	小麦、ソバ、米、大豆 ピーナッツ、ゴマ、木の実ミックス	カビ	アスペルギルス、カンジダ、カビミックス	2月	
魚類・甲殻類	マグロ、サケ、エビ、カニ	ペット	イヌ・ネコ皮膚ミックス	3月	
肉	豚肉、牛肉、鶏肉	その他	ラテックス	4月	
果物・野菜	トマト、モモ、バナナ、キウイ			5月	イネ科ミックス
				6月	
				7月	
				8月	ヨモギ、ブタクサミックス
				9月	
				10月	
				11月	
				12月	

● ビタミンD(骨粗鬆症) **ドック**

料金 ¥1,320 (税込)

ビタミンDは、腸管からのカルシウムの吸収を助けることで骨密度維持において重要な役割を担っています。また、筋収縮や神経伝達、免疫機能にも関与しています。

● 腫瘍マーカー **ドック**

がんが心配な方におすすめ

血液検査で腫瘍マーカーの値を測定します

腫瘍マーカーとは、がんが発生した時に血液中に増える特異物質のことです。がんの種類によって、増える物質が異なります。



膵臓がん
(CA19-9・APOA2)

料金 ¥6,490 (税込)

大腸がん他
(CEA)

料金 ¥1,320 (税込)

前立腺がん
(PSA)

料金 ¥1,540 (税込)

卵巣がん
(CA125)

料金 ¥1,760 (税込)

● インスリン抵抗性(HOMA-IR)検査 **ドック**

料金 ¥2,200 (税込)

空腹時の血糖値とインスリン値からインスリンが効きにくく糖尿病になりやすい状態かどうかを調べる検査

このような方におすすめ

- 肥満
- 運動不足
- 脂っこい食事が好き
- 糖尿病が心配
- 糖尿病のご家族がいる
- 血圧が高め
- コレステロールや中性脂肪が高い

注意事項

- 以下に該当する方は、結果が正しく出ません。
- 糖尿病治療中の方
- 膵臓の手術をされたことがある方
- 当日、朝食を摂ってきた方



婦人科検査(子宮・卵巣)

子宮や卵巣が心配な方におすすめ

● 子宮頸部細胞診・内診・経膈超音波 **ドック** **健診** **単独**

子宮頸部細胞診・内診 子宮頸がんを調べる検査

料金 ¥5,500 (税込)

単独実施は ¥6,600 (税込)

膈から内診し、子宮の大きさや形を診察します。併せてブラシを使い、子宮頸部の細胞をこすりとり、がん細胞の有無を調べます。

経膈超音波

子宮と卵巣の状態を調べる検査

膈から超音波の機械(プローブ)をいれて、子宮と卵巣を観察します。経膈超音波よりも子宮や卵巣を詳細に観察できます。

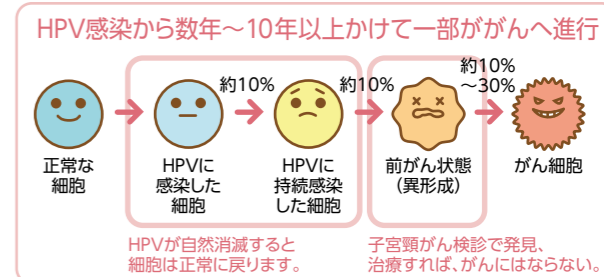


● HPV(ヒトパピローマウイルス)

料金 ¥4,180 (税込)

子宮頸がんの原因となる HPVウイルスの有無を調べる検査

子宮頸がんは、子宮頸部にできるがんで、20~30歳代の若い女性に増えています。HPVに感染しているかどうか調べることで、子宮頸がんのリスクに応じた、より効果的な検診が受けられます。子宮頸部細胞診の際にあわせて行うことができます。



● 性感染症セット(淋菌・クラミジア)

料金 ¥2,640 (税込)

不妊や流産の原因となる感染症がないか調べる検査

● 婦人科セット **ドック** **健診** **単独**

料金 ¥10,230 (税込)

単独実施は ¥11,220 (税込)

- 子宮頸部細胞診・内診
- 経膈超音波
- HPV(ヒトパピローマウイルス)
- 性感染症セット(淋菌・クラミジア)

● レディースコース **ドック** **健診** **単独**

料金 ¥16,500 (税込)

単独実施は ¥18,150 (税込)

子宮頸がんや乳がんなど女性特有の病気についてまとめて検査ができるコースです

- | | | |
|--------------|---------------------|---------------|
| ● 子宮頸部細胞診・内診 | ● 経膈超音波 | ● 卵巣がん(CA125) |
| ● HPV | ● 性感染症セット(淋菌・クラミジア) | ● 骨密度超音波 |
| ● マンモグラフィ2方向 | ● 乳房超音波 | |

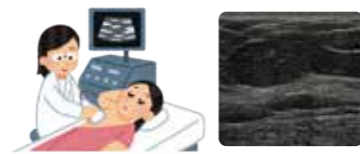


乳房検査

乳がんが心配な方におすすめ

● 乳房超音波 ドック 健診 単独

超音波で乳腺を観察し
小さなしこりなどを調べる検査



料金 ¥3,850 (税込)
単独実施は ¥4,950 (税込)

● マンモグラフィ 2方向 ドック 健診 単独

専用板で乳房を挟みX線で撮影し
乳がん初期で見られる
微細な石灰化などを調べる検査



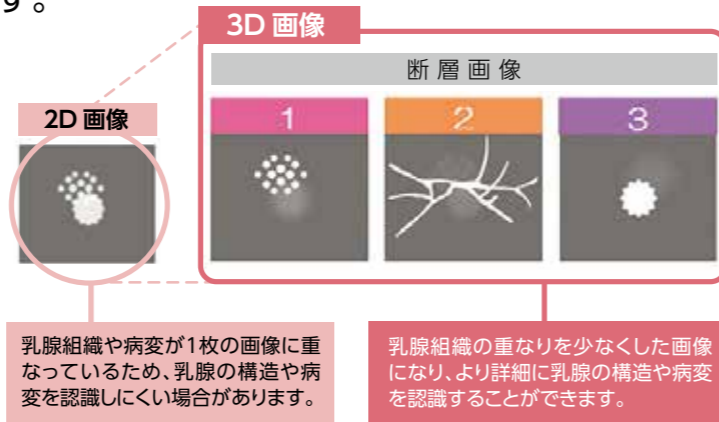
料金 ¥4,400 (税込)
単独実施は ¥5,940 (税込)

● 3Dマンモグラフィ 1方向 (対象40歳以上)

料金 ¥2,200 (税込)
単独実施に追加の場合は
¥2,530 (税込)

従来の2Dマンモグラフィ2方向に追加して、
3Dマンモグラフィ1方向を撮影します。

3Dマンモグラフィは、乳房を1mm程度の
断層画像として撮影するため乳腺組織の
重なりを少なくした画像になり、より詳細
に乳腺の構造や病変を認識することがで
きます。そのため、精度の高い診断と乳が
んの早期発見が期待されます。



2Dマンモグラフィ(2方向)に3Dマンモグラフィ(1方向)を追加しても、放射線被曝量は日本のガイドラインに定められている範囲内です。

乳房超音波とマンモグラフィの違い

乳房超音波	マンモグラフィ
放射線被曝がない	放射線被曝がある
痛みはほとんどない	個人差はあるが圧迫による痛みがある
触知しない小さなしこりを見つけることができしこりの中の状態や広がりが見える	乳がん初期で見られる微細な石灰化を見つけることができる
微細な石灰化やしこりをつくらないタイプのがんは見つけにくい	乳腺が発達している(高濃度乳腺)とがんが乳腺に隠れて、見落としてしまうことがある
乳腺が発達している40歳未満でもしこりを見つけやすい	

以下の方はマンモグラフィ検査を受けられません。

● 妊娠中の方、妊娠の可能性のある方 ● 授乳中の方 ● ペースメーカー、脳室シャント、脳深部刺激装置を装着している方 ● 豊胸手術後の方

以下の方はマンモグラフィ検査を受けられない可能性があります。

● インスリンポンプ、持続グルコース測定器を使用している方

乳がんの危険因子

- 年齢40歳以上
- 未婚
- 出産経験なし/高齢初産
- 初潮が早く閉経が遅い
- 肥満(特に閉経後)
- 乳がんの家族歴
- 良性乳腺疾患の既往がある
- 乳がんの既往がある
- ホルモン療法、ピルの経験がある

乳がんの危険因子 に当てはまる場合は、
必ず乳がん検診を受けましょう。

期待される利益

乳がん死亡率の減少効果、早期発見でQOL(生活の質)の高い治療を受けられる、
乳がん患者の医療費削減等があります。

起こりうる不利益

- 過剰診断** 生命予後に影響を及ぼさないがんの診断のことです。
がんの成長速度が遅く、生涯症状がなく命を奪われないがんを発見することです。
- 偽陽性** がんがないにもかかわらず精密検査が必要と判定されることです。
精密検査による心理的・経済的負担、身体的苦痛を受ける可能性があります。
- 偽陰性** がんがあるにもかかわらず異常なしと判定されることです。高濃度乳房によるマンモグラフィ検査の病変検出率の低下や超音波検査ではわかりにくい微細石灰化などは、検査で100%発見することはできません。
- 放射線被曝** マンモグラフィ検査による放射線被曝量は、放射線を使った他検査に比べて決して多くはありません。
40歳以上であれば2年に1度の「検診による乳がん死を防ぐ割合」が「検診放射線被曝の不利益で死亡する割合」を上回るといわれています。
40歳未満の方がマンモグラフィ検査を受けることで放射線被曝による不利益を被る場合があります。
- 疼痛** マンモグラフィ検査では疼痛を伴う場合があります。

検査の組み合わせと推奨年齢

40歳以上の方

厚生労働省の指針により、2年に1回のマンモグラフィ検査が推奨されています。
相澤健康センターでは、2年に1回のマンモグラフィと毎年あるいは隔年の乳房超音波検査を受けることをお勧めしています。

40歳未満の方

相澤健康センターでは、毎年あるいは隔年の乳房超音波検査を受けることをお勧めしています。

授乳中の方

乳房超音波検査の実施は可能ですが、乳腺の発達により正確な判定が困難な場合があります。

自分の乳房を意識する生活を習慣づけましょう

自分の乳房の状態に日頃から関心を持ち、セルフチェックでしこり・皮膚のへこみ・血性分泌物などチェックし、変化を感じたら検診ではなく速やかに病院に受診してください。
自覚症状のある方や経過観察中の方は、検診ではなく病院受診をお勧めする場合があります。





甲状腺検査

甲状腺がん、バセドウ病、橋本病などが心配な方におすすめ

甲状腺は、のどの表面にある臓器です。病気で機能亢進や機能低下をおこすと全身にさまざまな症状が現れます。甲状腺の病気は女性に多く、その症状から更年期障害と間違えられる場合もあります。



このような症状がある方におすすめです

- 動悸 ● イライラする ● だるくやる気が出ない ● 体重が増えた／減った
- 汗をかく ● 汗をかかない ● 暑がり ● 冷え性 ● 月経不順 ● 喉に違和感
- 甲状腺が腫れていると言われたことがある ● 声がかすれる ● 呑み込みづらい

甲状腺超音波

ドック

料金 ¥ 4,400 (税込)



甲状腺の大きさやしこりの有無を調べる検査

甲状腺の大きさや内部の状態、腫瘍の有無を観察します。主にがん、良性腫瘍、バセドウ病、橋本病などの疾患を発見します。

甲状腺ホルモン(血液)

ドック

料金 ¥ 3,850 (税込)

血液中の甲状腺ホルモンを測定して甲状腺の働きを調べる検査

TSH 甲状腺刺激ホルモン

TSH低値、FreeT3・FreeT4高値の時

甲状腺機能亢進

FreeT3・FreeT4 甲状腺が分泌するホルモン

TSH高値、FreeT3・FreeT4低値の時

甲状腺機能低下

甲状腺超音波と甲状腺ホルモン(血液)のセット

ドック

料金 ¥ 5,500 (税込)

骨密度

骨密度X線

ドック

料金 ¥ 4,400 (税込)

腰椎と大腿骨頸部(股関節)にX線をあて、骨密度を計測します。超音波法より精度が高いといわれています。



以下の方は検査を受けられません。

- 妊娠中の方、妊娠の可能性がある方 ● 腰椎、大腿骨の骨折をしたことがある方
- 撮影部位に人工物のある方 ● 一週間以内に造影剤(バリウムなど)を使用した検査をした方
- ペースメーカー、植え込み型除細動器、神経刺激装置を装着している方

以下の方は検査を受けられない可能性があります。

- インスリンポンプ、持続グルコース測定器を装着中の方

骨密度超音波

ドック

料金 ¥ 1,100 (税込)

足のかかると超音波をあてかかとの厚みと超音波の透過速度によって骨密度を計測します。



運動関連検査

体力や健康を維持したい方におすすめ

体力ドック

ドック

所要時間: 約90分

料金 ¥ 7,700 (税込)

専門の理学療法士があなたの体力低下の要因を分析し、オーダーメイドの改善プランをご提案いたします。

2040年時点で65歳の人は、男性の約4割が90歳まで、女性の2割が100歳まで生きると推計されています。(令和2年、厚生労働白書)

健康寿命を伸ばし、「人生100年時代」を生き生きと過ごしていただくために、体力低下の予防が大切です!



体力ドック

Step1: 12項目を評価

- 1 基本バランス
片足バランス
スクワット
ランジ動作のチェック
- 2 体幹機能
体幹の安定性のチェック
- 3 柔軟性
各関節の柔軟性のチェック

Step2: 要因分析



Step3: 運動指導



あなたに最適な運動を丁寧にマンツーマンで指導いたします。

このような方におすすめ

- 働きながら趣味を存分に楽しみたい方
- いつまでも生き生きと過ごしたいシニア世代の方
- 自分に合った運動を知りたい方
- 関節痛が心配な方
- スポーツ愛好家や運動で健康を維持したい方

カラダチェック講座

ドック

所要時間: 約40分

※毎年、内容が変わります。

料金 ¥ 3,300 (税込)

JAMSスタッフによる「体力ドック」のトライアル講座です。

体力低下の予防には運動することが大切です。しかし、運動を始めるための体の準備ができていないと痛みなどの症状により運動ができない状態に陥ってしまいます。これを回避するために、カラダの状態を知っておく事から始めてみましょう。

Step1: カラダチェック

参加者全員に実施します。

Step2: 体操



このような方におすすめ

- 体力低下が気になっている人
- 自分の体幹が良い状態か気になる人
- 体幹機能を改善する運動を知りたい人
- 「体力ドック」の一部を体験してみたい人

人間ドック検査項目一覧表

○…コース内
▲…オプション可
-…オプション不可

ご予約される方へ

以下の方は一部検査を中止することもありますので、事前にお知らせください。

●妊娠中の方、妊娠の可能性のある方 ●移動、歩行に介助または補助用具などを使用している方 ●聴覚、視覚障害のある方 ●認知症、知的障害のある方 ●外国籍の方、日本語に不安のある方 ●各検査の中止事項に該当する方 ●近々手術の予定がある、または手術をして間もない方

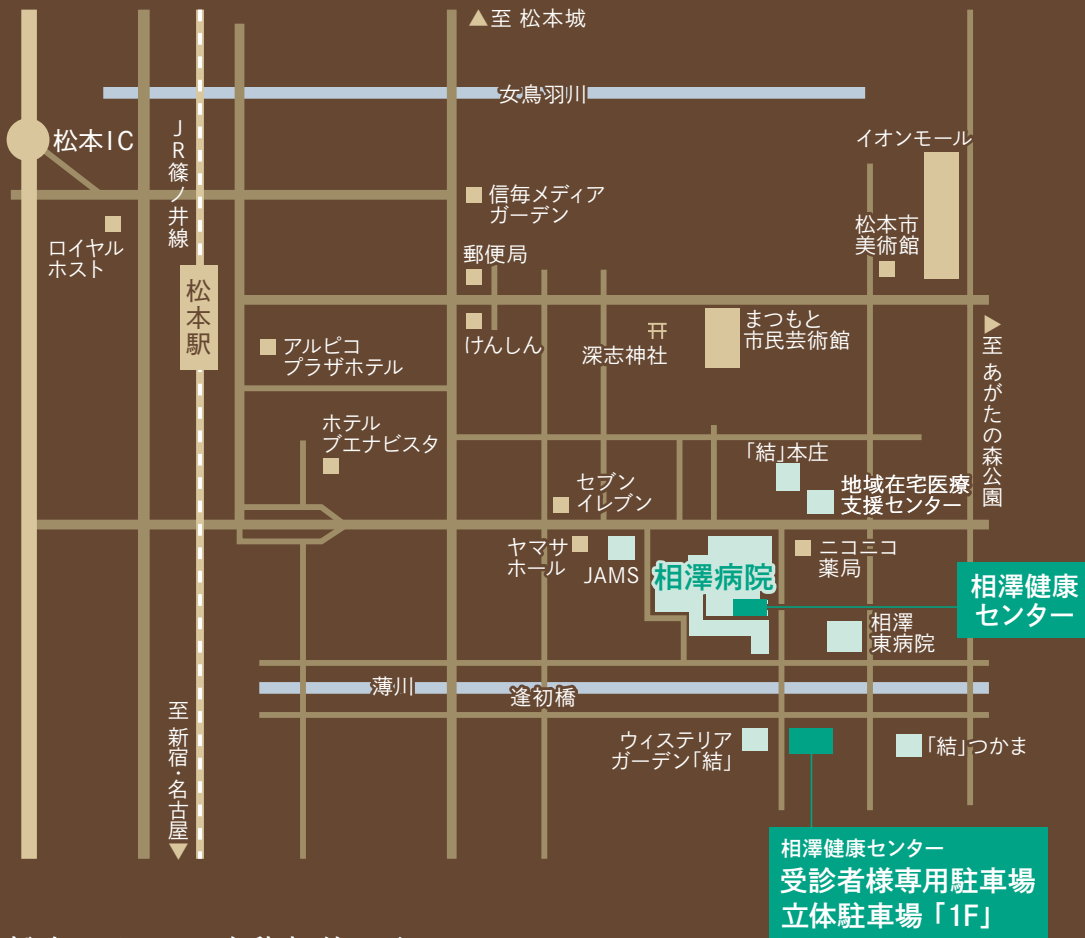
※一部コース検査内容を中止しても料金に変更はございません。※検査項目は変更する場合がございます。詳しくは、ホームページ又は健康センターまでお問い合わせください。

※その他、ご不明な点がありましたら、相澤健康センターまでお問い合わせください。

検査項目		実施曜日 (税込)	月～土	月～金	月～木	月～木	金	月・木・金	月～木	料金 (税込)	セット料金	
		1日ドック	2日ドック 標準コース	心臓検診 コース	PET検診 コース	膵臓検診 コース	大腸検診 コース	プレミアム 2日ドック				
身体計測検査	身長・体重・腹囲・BMI・体脂肪率		○	○	○	○	○	○	○	-		
耳鼻科検査	聴力		○	○	○	○	○	○	○	-		
眼科検査	眼底・眼圧・視力		○	○	○	○	○	○	○	-		
	簡易自動視野		-	○	○	○	○	○	○	-		
呼吸器検査	肺機能検査		○	○	○	○	○	○	○	-		
	胸部X線(正面・側面)		○	○	○	○	○	○	○	-		
	胸部(肺)CT		▲	▲	-	○	-	-	○	¥5,500		
	睡眠時無呼吸スクリーニング		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥2,200		
循環器検査	血圧・心拍数		○	○	○	○	○	○	○	-		
	心電図		○	○	○	○	○	○	○	-		
	UCG(心臓超音波)		▲	▲	○	-	-	-	○	¥11,000		
	冠動脈CT		-	-	○	-	-	-	○	-		
	NT-proBNP(血液)		-	-	○	-	-	-	○	-		
動脈硬化検査	ABI(足関節上腕血圧比)		-	-	○	-	-	-	○	-		
	頸動脈超音波		▲	▲	○	▲	▲	-	○	¥4,400		
脳検査	スタンダード脳ドック(頭部MRI・頭頸部MRA)		▲	▲	▲	▲	▲	▲	○	¥22,000		
	シルバー脳ドック(頭部MRI・頭頸部MRA・MMSE・VSRAD)		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲ +5,500円で変更可能	¥27,500		
画像検査	PET(ポジトロン断層撮影)／CT		▲	▲	-	○	-	▲	○ 後日実施	¥71,500		
	上腹部超音波		○	○	○	○	○	○	○	-		
	下腹部超音波		-	○	○	○	○	○	○	-		
骨密度検査	骨密度超音波		▲	○	○	○	○	○	○	¥1,100		
	骨密度X線(腰椎・股関節)		▲	▲	-	-	-	-	▲	¥4,400		
甲状腺検査	甲状腺超音波		▲	▲	▲	○	▲	-	▲	¥4,400	¥5,500	
	TSH・FreeT3・FreeT4(血液)		▲	▲	▲	○	▲	▲	▲	¥3,850		
消化器検査	胃部内視鏡・胃部X線(バリウム)		○ 内視鏡又は胃部X線	○ 内視鏡又は胃部X線	○ 内視鏡	○ 内視鏡	○ 内視鏡	○ 内視鏡	○ 内視鏡	-		
	経鼻内視鏡		▲	▲	▲	▲	-	▲	▲	-		
	鎮静下内視鏡		▲	▲	-	-	-	-	-	¥11,000		
	ピロリ菌(尿素呼吸試験・血中ピロリ菌IgG抗体)		▲	▲	-	-	-	-	▲	¥5,500		
	ABC検診(血中ピロリ菌IgG抗体・血清ペプシノゲン)		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥5,500		
	大腸内視鏡		▲ 後日実施	▲ 後日実施	-	-	-	○	▲ 後日実施	¥22,000		
	大腸CT		▲ 後日実施	▲ 後日実施	-	-	-	-	▲ 後日実施	¥27,500		
膵臓MRI		▲ 後日実施	▲ 後日実施	-	-	○	-	▲ 後日実施	¥38,500			
尿検査	定性(比重・pH・尿蛋白・尿糖・ウロビリノーゲン・潜血)		○	○	○	○	○	○	○	-		
	沈渣(蛋白定性・潜血反応が異常値のみ実施)		○	○	○	○	○	○	○	-		
便検査	免疫2日法		○	○	○	○	○	○	○	-		
血液検査	血球	白血球数										
		赤血球数・血色素量・ヘマトクリット		○	○	○	○	○	○	○	-	
		赤血球容積(MCV・MCH・MCHC)										
		血小板数										
		血液像(白血球分画)		-	○	○	○	○	○	○	-	
		血液型(初回希望者のみ)		○	○	○	○	○	○	○	-	
		血清鉄		-	○ 女性	○ 女性	○ 女性	○ 女性	○ 女性	○ 女性	-	

検査項目		実施曜日 (税込)	月～土	月～金	月～木	月～木	金	月・木・金	月～木	料金 (税込)	セット料金	
		¥44,000	¥71,500	¥134,860	¥151,250	¥110,000	¥93,500	¥253,000				
			1日ドック	2日ドック 標準コース	心臓検診 コース	PET検診 コース	膵臓検診 コース	大腸検診 コース	プレミアム 2日ドック			
血液検査	肝機能	総蛋白・アルブミン・A/G比・ALP 総ビリルビン・コリンエステラーゼ AST(GOT)・ALT(GPT)・γ-GTP	○	○	○	○	○	○	○	○	—	
	腎機能	尿素窒素・クレアチニン・eGFR	○	○	○	○	○	○	○	○	—	
	電解質	ナトリウム・カリウム・クロール・カルシウム	○	○	○	○	○	○	○	○	—	
	痛風	尿酸	○	○	○	○	○	○	○	○	—	
	脂質	総コレステロール・HDLコレステロール 中性脂肪・LDLコレステロール・nonHDLコレステロール	○	○	○	○	○	○	○	○	—	
	糖代謝	空腹時血糖・ヘモグロビンA1c	○	○	○	○	○	○	○	○	—	
		糖負荷試験(1・2時間値)	—	▲	▲	▲	▲	▲	—	○	¥3,300	
		インスリン抵抗性検査	▲	○	○	○	○	○	○	○	¥2,200	
	炎症反応	CRP	○	○	○	○	○	○	○	○	—	
	感染症	HBs抗原	○	○	○	○	○	○	○	○	—	
		HCV抗体	○	○	○	○	○	○	○	○	—	
		4抗体(麻疹・風疹・水痘・おたふく)	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥6,600	
	腫瘍マーカー	膵臓がん(CA19-9・DUPAN-2)	▲	▲	▲	▲	○	▲	—	—	¥2,530	
		膵臓がん(CA19-9・APOA2)	▲	▲	▲	▲	▲	▲	○	○	¥6,490	
		大腸がん他(CEA)	▲	○	○	○	○	○	○	○	¥1,320	
		卵巣がん(CA125)	▲	○女性	○女性	○女性	○女性	○女性	○女性	○女性	¥1,760	
		前立腺がん(PSA)	○50歳以上の男性	○男性	○男性	○男性	○男性	○男性	○男性	○男性	¥1,540	
	その他	ロックスインデックス	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥13,200	
		アレルギー検査(MAST36)	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥16,500	
		ビタミンD	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥1,320	
婦人科検査	子宮頸部細胞診・内診・経膈超音波	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	○	¥5,500	¥10,230	
	HPV(子宮頸部細胞診を実施した場合のみ)	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥4,180		
	性感染症セット(淋菌・クラミジア) (子宮頸部細胞診を実施した場合のみ)	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥2,640		
乳房検査	マンモグラフィ1方向	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥3,850		
	マンモグラフィ2方向	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥4,400		
	3Dマンモグラフィ(マンモグラフィを実施した場合のみ)	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	¥2,200		
	乳房超音波	▲	▲	—	▲	▲	—	▲	▲	¥3,850		
レディースコース	子宮頸部細胞診・内診・経膈超音波 HPV・性感染症セット・CA125 マンモグラフィ2方向・乳房超音波・骨密度超音波	▲	▲	—	▲	▲	—	▲	—	¥16,500		
歯科	歯科チェック	—	○	○	○	○	—	○	—	—		
運動関連検査	体カドック	▲	▲	—	—	—	—	—	▲	¥7,700		
	カラダチェック講座	▲	○	—	○	○	—	—	—	¥3,300		
	内科診察	○	○	○	○	○	○	○	○	—		
	医師による結果説明	○	○	○	○	○	○	○	○	—		
	医療面接(問診)	○	○	○	○	○	○	○	○	—		
	保健指導	○	○	○	○	○	○	○	○	—		

アクセス



松本ICより 自動車 約20分

JR松本駅より 徒歩 約20分 / タクシー 約5分

タウンスニーカー南コース 約15分 (相澤健康センター入口下車)

お問い合わせ・ご予約

TEL.0263-34-6360

月～金曜日 8:30～17:00 土曜日 8:30～12:00

営業日 月～金曜日 (※土曜日は午前中のみ営業)

相澤健康センター認定・指定

公益社団法人日本人間ドック・予防医療学会
人間ドック・健診施設機能評価認定
健康保険組合連合会「健保連人間ドック健診」実施施設

全国健康保険協会 生活習慣病予防健診認定

社会医療法人財団 慈泉会
相澤健康センター



〒390-8510 長野県松本市本庄 2-5-1

相澤健康センター

検索