

診療所だより

お問合先

東栄診療所 0536-79-3311

運動器検診について

運動器検診とは、40歳以上の東栄町の全住民の方を対象に、アンケート・X線撮影・骨密度・採血検査・運動機能チェック（2ステップ・握力・立ち上がり・膝伸展筋力・体組成）を行う検診です。この検診で背骨の健康状態、骨粗鬆症のリスク、転倒のリスク、下肢変形性関節症の有無がわかります。

東栄町では、平成24年度から2年に1度浜松医大整形外科と共同で運動器検診を実施しており**TOE1スタディ**としていろいろな知見が報告されています。令和6年度の受診者は、237人でした。

従来は検診の結果用紙をお渡しするのみでしたが、令和6年度からの新しい取り組みとして、浜松医大医師から直接検診結果の説明をしていただく、運動器検診結果説明会を5回実施いたしました。「どのような運動をした方が良いかなどいろいろな質問が出来た」、「直接先生と話が出来て良かった」など様々な声をいただきました。

3月29日（土）に浜松医大医師による講演会（『整形外科医が語る長生きの秘訣』村上裕樹先生・『元気な体を保つ！簡単体操のすすめ』村上悠介先生・『東栄町栄養運動介入試験の報告』大江慎先生）がありますのでぜひご参加ください。詳細は広報東栄等でご案内いたします。

令和7年度 ミニ運動器検診動介入試験の報告』についてのご案内

令和7年度はミニ運動器検診を実施いたします。

- 実施項目
- ・アンケート
 - ・骨密度
 - ・運動機能チェック（2ステップ・立ち上がり）

令和7年度のミニ運動器検診では、ロコモ度と将来の骨折危険度を知ることができます。ミニ運動器検診のため浜松医大医師からの説明会等はございませんが、検診の結果用紙、ロコモ体操の用紙を後日お渡しいたします。

毎年運動器検診を受けることは、ロコモティブシンドロームの早期発見、早期治療につながります。まずは自分の身体をきちんと知ることが健康維持の第一歩です。住民健診の希望調査が届きましたら、ミニ運動器検診についてもご検討ください。多くの方のご参加をお待ちしています。

* ロコモティブシンドロームとは

運動器の障害や、衰えによって歩行困難など要介護になるリスクが高まる状態のこと。

* ロコモ度とは

ロコモティブシンドロームの段階を判定する値のこと。

●かぜ症状のある方の受診・診察について

発熱はなくても、咳が出る、のどが痛いなどの風邪症状がある方も発熱外来で対応させて頂く場合があります。風邪症状のある方は直接来院せず、まずは電話でお問い合わせください。（東栄診療所：79-3311）

また、発熱外来の診療についてはお待たせすることのないよう心がけておりますが、外来診療の状況によりお時間を頂く場合もございますのでご了承ください。

●マスク着用をお願い

かぜ症状の有無にかかわらず、診療所内に立ち入る際はマスクの着用をお願いします。感染症を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや周囲にうつさないようにすることが重要です。「かからない」「うつさない」ためにもご協力をお願い致します。

●受付時間について

正面玄関の開錠時間は**7時45分**で、受付開始時間は**8時から**です。予約外の受付は、**午前診療は11時まで**、午後診療は**4時まで**となります。

●コロナワクチン予防接種について

コロナワクチン予防接種は3月31日まで接種できます。ワクチン外来での接種になりますので電話にて予約をおとりください。

●3月の予定

精神科 7日（金） 21日（金）

休診の予定

12日（水）の整形外科 村上医師の診療は休診となります。



東栄診療所からのお知らせは“とうえいチャンネル”又は“東栄町ホームページ”をご覧ください。