

健康診断の話

総務課
福島 秀明

2月に、会社の健診診断を受診しました。当社では健康診断を年に2回実施しています。昨年の夏は生活習慣病予防検査を受け、一般健診やレントゲン撮影、血液検査、便による潜血検査、胃カメラの検査も受けました。健診結果は、あまり良い結果とはいえませんが、以前とあまり変わりなく、特に気になるようなことはありませんでした。

2月の健康診断は、一般健診とレントゲン撮影で、血液検査も希望者だけが受けるだけです。その健康診断の結果が返ってきたのですが、封筒が3通もありました。一通は健康診断の結果、もう一通は血液検査をオプションで受けましたので、その検査結果でした。最後の一通は何だろうと開封してしまったのですが、「精密検査・再検査依頼書」と書かれているのを見て驚きました。その封筒をよく見ると、「まずは、主治医様や近隣の医療機関でご受診ください。（この封筒は開封せずに、受診時にご提出ください。）」と書かれています。

どこが悪かったのだろうかと見てみると、胸部レントゲン検査で問題があったようで、要精密検査と書かれています。胸部レントゲン検査では、肺がん、肺炎、肺結核等の病気の有無を調べると書いてあります。タバコも吸いませんし、体が調子悪いとか、自覚症状はありませんが、心配になりました。

インターネットで調べてみると、風邪やインフルエンザの後でも、レントゲンに異常が出ることもあると書かれています。もしかしたら、知らない内に病気が進行しているのかもしれない。

血圧は少々高めで、病院に月に1回は通院しています。今年に入って血液検査を受けましたが、一部に少し数値が高いものもありますが、殆ど全部良い数値になっている、95点だと病院の先生から言われていましたので、自分は健康だと安心していました。

次回の通院予定より2週間ほど早かったのですが、いつも通っている病院で、健診結果と「精密検査・再検査依頼書」を見てもらいました。こういう結果が出たら、総合病院でCT検査を受けるしかない。「精密検査・再検査依頼書」があれば、紹介状と同じで、総合病院で高い選定療養費（特別療養費）の負担は必要ないとの事でした。

会社を休んで、総合病院で検査を受けることにしました。病院の受付で、健康診断で引っ掛かったので受診に来たと話すと、「精密検査・再検査依頼書」を確認して内科を受診するように指示されました。予約もありませんので、長い時間待たされましたが、仕方ありません。自分の番が来て、診察室にやっと入れました。タバコを吸うのか、埃の多い職場か、自覚症状があるのか等を聞かれましたが、どれにも当てはまりません。レントゲン検査では検査に限界があるので、詳しく検査する為にCT検査を受けてくださいと言われました。看護師さんからCT検査によるX線による被爆の説明があり、同意書にサインしました。

X線検査（レントゲン検査）とは、水分、骨、空気など体を構成する成分がX線を通りやすさに違いがあることを利用して、体内の様子を画像に映し出します。一方方向からX線を照射して、体を通過したX線量の差が影に濃淡で現れる、2次元的画像を映し出せます。

CT検査は同じくX線を使用した検査ですが、体周りからX線を照射するため、映し出せる画像は3次元的なものになり、より詳しい検査が出来ます。

検査の結果は、異常なしと言われ、ほっとしました。特に心配するようなことはありませんでした。その後、先生からは健康診断は毎年受けてください。特に、便検査は大事です。定期的な運動もしてください、と言われました。

健康診断の結果に要精密検査と書かれているのを見たときは、本当に心配でした。検査結果が出るまでは、自分は大丈夫だ、何かの間違いだ、悪い病気であつたらどうしよう、家族は、仕事は、といろんな事が頭を回っていました。

健康診断の再検査を受けて良かったです。再検査を受けずに、後で病気が分かってても手遅れになるかもしれません。健康でいることは、自分の為であり、家族の為にもなります。自分の健康は自分で守るしかありません。



参考: 全国社会保険協会ホームページ (<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>)

我が家の新しい仲間

ホームガス課 森田 敏弘

娘が小学校3年になってからずっと「『インコ』を飼いたい!!」と言っていたのだが、我が家には3匹の猫にウーパールーパー、ニホントカゲ……「いったい誰が世話をするんだ!!」って事でずっとNGを出していたのだがあまりにしつこく、「世話もちゃんとするから!!」という言葉に根負けしてしまい、とりあえず今年の1月に一度近くのペットショップへ見に行くことに……。

たまたま、娘が「ずっと飼いたい」と言っていた色で、凄くかわいい、しかも生後一ヶ月経っていないヒナがいて、値段を見てみると私のお小遣いでも買える値段。子供に甘い私は、ペットショップのお姉さんと子供の押しに負け、新しい仲間を迎え入れることになりました。

インコはお迎えしてからしばらくの間は、プラケースで飼育するとヒナの体を保温しやすくお世話もしやすいのでお勧めですよ！とペットショップの方に教えていただき、家にある昆虫用の虫かごにウッドチップを敷き、そこで飼育をすることになりました。

最初の1ヶ月近くは、とにかく色々大変でした。餌をあげるのも、『挿し餌』という餌のやり方で、1日4回ほどの回数を、挿し餌の温度を40度にしたものをスプーンで口元まで運んだり、この時期のヒナは親や兄弟と暖めあって体温を維持するらしく、一羽になるとすぐに体が冷えてしまうようなので、温度管理用にパネルヒーターやヒーターシートを使用し、ケース内を20度～25度ぐらいになるよう管理しなければいけなく、こちらもかなり大変でした。

初めての事なので、挿し餌のやり方や温度の管理方法など間違っていないかネットで色々調べながら、娘と試行錯誤しながら頑張って育てました。

結局、インコは安く買えましたが、それ以外の出費が思ったよりかかり、特に電気代が結構大変でした。でも温度管理や、さし餌など大変なこともありましたが、毎日少しづつ成長していく過程を見てみると、我が子のように愛着が湧いてきました。

これを1ヶ月近く繰り返すとヒナもだんだん大きくなり、毛も生えそらい、羽ばたく練習をし始め、徐々に餌も一人餌に代わっていき、その頃から世話をするのがだいぶ楽になり、プラケースからケージに変更し、出して飛ぶ練習をさせてみたり肩に乗せたりと、一緒に遊ぶのがとても楽しくなりました。

心配していた猫とも、それなりにいい関係を保てているのか、猫よりインコの方が強いのか、猫を突いて困らせています。

ウンチの躰が出来ないのが少し困りますが、毎日おもちゃで楽しそうに遊んでくれたりしている様子を見てみると、お出迎えできて本当に良かったと思います。いつか言葉を覚えてくれることを期待して、毎日お世話をして愛情をたっぷり注いで遊んでいきたいと思います。

