



「健康コラム」

病気と予防のお話し ～JCHO 船橋中央病院から～

第24回 健康診断について

健康管理センター 看護師一同

こんにちは。JCHO 船橋中央病院 健康管理センター看護師です。

皆さま、健康診断を受けていますか？今回は健康診断についてお話しします。

「健康診断」（以下、健診）とは、健康状態を確認するために会社や自治体で行われる検査です。身長・体重などに加え、会社や地域によってさまざまな検査があります。

皆さまは「健診」と「検診」の違いはご存じでしょうか。「健診」は健康かどうかを調べるために行うものです。一方、「検診」は生活習慣病の検査やがん検査など、特定の病気を早期に発見し早期治療につなげることが目的の検査です。

では、「健診」はなぜ必要なのでしょう？「健診」には、二つの目的があります。

- ①健康状態の異常が起こらないように予防すること
- ②自覚症状が現れる前に病気を早期発見・治療すること、です。

生活習慣病は早期に自覚症状がないことが多く、自覚症状が出てきたときには、既に進行した状態のことも少なくありません。そのため、定期的に検査を受けて「病気を早期に発見すること」や「病気になる前にリスク要因を発見すること」が大切になります。

「健診」は、病気があるかどうかを調べるだけでなく、普段の生活習慣に問題がないか振り返る機会でもあります。ですので、健診結果や生活習慣改善のアドバイスを元に、これからの健康づくりにお役立てください。

当センターでは、安心してできるだけ速やかに検査を受けて頂けるよう心掛けております。御利用をお待ちしております。次回は、健康診断結果の見方について、お話しします。

