

 当院は「敷地内全面禁煙」です



青駐車場の有料化について

2023年4月1日（土）から、当院青駐車場の利便性の向上と適正利用の促進を目的に、有料化させて頂くことになりました。

これまでにアスファルト舗装や駐車区画の拡幅などの整備を行ってきました。今後は入出庫時の安全確保など更なる利便性の向上を図るとともに、診療目的以外での駐車場利用を減らして駐車場の混雑を緩和するための措置ですので、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。



医療連携福祉相談室には「がん相談支援センター」が設置されています

がん相談支援センターとは、がんに関するご相談の窓口です。患者さんやご家族の不安なこと・心配なことについて、社会福祉士・看護師がご相談をお受けします。当院に受診されていない方でもご相談できます。

相談日時：平日8:30～17:15（土・日・祝日・年末年始を除く）

場所：2号館1階

お問い合わせ先：医療連携福祉相談室 TEL.0479-63-8111（代）

基本理念

すべては患者さんのために

私たちは地域の皆さまの健康を守るために、常に研鑽に努め、医学的にも経済的にも社会的にも適正な模範的医療を提供します。



地方独立行政法人

総合病院 国保旭中央病院

www.hospital.asahi.chiba.jp

〒289-2511 千葉県旭市イの1326 TEL.0479-63-8111（代） FAX.0479-63-8580



お知らせ

- 初診外来受付時間…… [7:45～11:00]
自動受付機は、6:30からご利用いただけます。
- 自動精算機稼働時間… [7:00～20:00]
- 駐車場巡回バス……… [8:30～14:00]

面会制限の
お知らせ

感染防止のため、
面会（お見舞い）はできません。

家庭で役立つ
健康
豆知識

「おなかぽっこり」 あなたはメタボかも?!

「メタボ」という言葉を耳にしたことがありますか。「メタボ」とはメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）のことで、肥満症の一種です。

2008年4月からスタートした特定健康診査（特定健診）、いわゆる「メタボ健診」はメタボリックシンドロームに注目しており、その判定基準は下記になります。

腹囲（おへそ周り）・男性**85cm**以上 ・女性**90cm**以上



+

次の①～③のうち、2つ以上当てはまる場合

①**血糖** ・空腹時血糖110mg/dL以上



②**血圧** ・収縮期（最大）血圧130mmHg以上
かつ/または
・拡張期（最小）血圧85mmHg以上



③**脂質** ・HDL（善玉）コレステロール40mg/dL未満
かつ/または
・中性脂肪150mg/dL以上



||

メタボリックシンドローム

令和元年度の千葉県での統計では、40歳以上の男性の3割、女性の1割がメタボに該当しています。内臓脂肪が蓄積されると動脈硬化を引き起こすため、脳梗塞や狭心症、心筋梗塞などの重大な病気を引き起こしかねません。

クリスマスやお正月後の寒い冬に体重減量は大変難しいですが、腹囲（おへそ回り）が基準値を超えたら危険信号です!! 日頃からバランス良い食事、適度な運動、禁煙・飲み過ぎ注意など生活習慣の見直しを行い、定期的な健康診断を行いましょう。

? **メタボクイズ**

※正解は右下に記載しております。

腹囲（へそ周囲）基準（男性**85cm**、女性**90cm**）以上は、全てメタボリックシンドロームである ○か×か?

文責 糖尿病代謝内科 荻野 淳

—当院は、「地域医療支援病院」です—

国の方針により患者さんが地域医療支援病院に紹介状を持たずに初診で受診される場合、初診時選定療養費（旭市民の産婦人科受診は除く）7,700円を、また病状が安定し他院を紹介しても引き続き当院へ通院される場合には、再診時選定療養費3,300円を保険診療分とは別にお支払いいただくことが義務付けられています。（金額：税込）

（クイズの答え）× 腹囲基準の他に高血糖、高血圧、脂質異常のうち2つ以上を満たす場合になります。