

サンホスピタル

Sun Hospital

ISHII MEDICAL Corp. Public Relation Committee since 2006

特集

健診センターからのご案内

－ 人間ドックを受け付けています －

2026 Winter

Vol. **81**



人間ドックを受け付けています

現代の疾病動向に合わせて、2つのコースをご用意しております。
ご希望に合ったコースをお選びください。



通常ではオプションとなることが多い**胸部CT検査が当院では標準**となっています。
レントゲンでは発見されにくい数mm程度の小さな肺がんや、
心臓や血管などに隠れた病変を高精度に発見することが可能です。



【コースのご案内】

詳細は
こちらから



通常Aコース

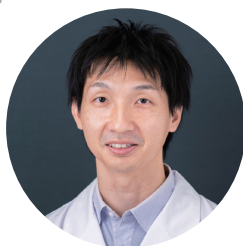
41,800円(税込)

基本のコースで生活習慣病や肺・胃の病気などを検査するコースです。
骨密度や甲状腺機能検査も網羅した、自分の体をしっかりチェックしたい方におすすめです。
食道・胃の検査はレントゲンまたは内視鏡検査を選択することができます。
内視鏡検査(胃カメラ)を選択された場合は3,300円(税込)の差額を頂戴させていただきます。

簡易Bコース

36,300円(税込)

標準Aコースから骨密度検査や甲状腺機能検査を省略し、
必要最低限にしたお手軽なコースです。
食道・胃の検査はレントゲンまたは内視鏡検査を選択することができます。
内視鏡検査(胃カメラ)を選択された場合は3,300円(税込)の差額を頂戴させていただきます。



健診センター 担当医
板倉 正典

「車検と同様、人間ドックで大切な『体』の定期健診を」

35歳を過ぎたら一般的な健康診断よりもさらに詳しく調べる人間ドックの受診をおすすめします。自覚症状のない病気の早期発見につながります。異常が見つかることが不安な方もいるかと思いますが、初期段階で病気が見つかることは実はラッキーで、早期に治療することで治療期間が短くなったり、根治が望めたりする場合があります。人生を長く走るために、定期的な受診をおすすめします。

◎検査項目 40歳未満の方は健診内容に制限がありますので、詳細は健診センターにお問い合わせください。

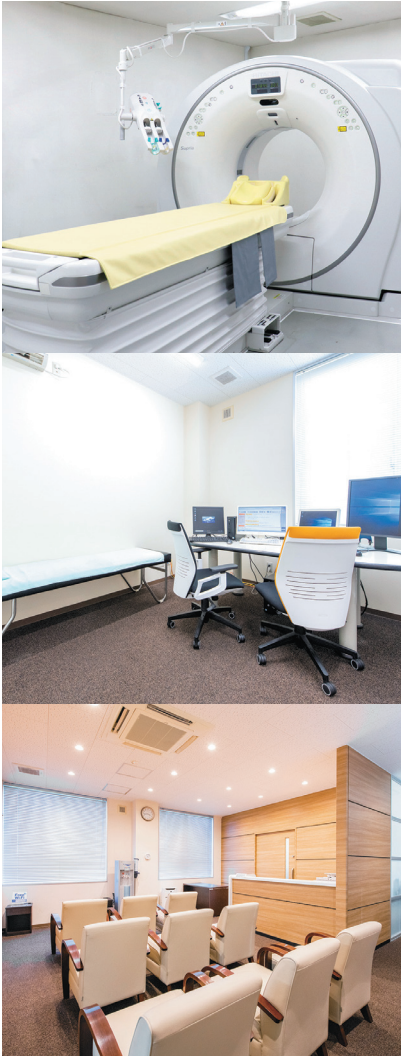
項目	検査内容	Aコース 41,800円 (税込)	Bコース 36,300円 (税込)	項目	検査内容	Aコース 41,800円 (税込)	Bコース 36,300円 (税込)
診察	問診・診察・触診	●	●	生化学検査	総蛋白・LDH・T-Bil	●	●
身体測定	身長・体重・腹囲・標準体重・肥満度	●	●		AST・ALT・γ-GTP・LDL-C・HDL-C・TG		
聴力検査	オーディオ法(1000Hz・4000Hz)	●	●		アミラーゼ・クレアチニン・尿酸		
眼	視力検査・眼圧検査・眼底検査	●	●		尿素窒素・eGFR・Na・K・c l		
循環器	血圧・心電図	●	●		空腹時血糖・H b A 1 c		
	CPK	●	×	血液学検査	CHE・ALP・ALB・A/G	●	×
呼吸器	胸部レントゲン(正面) 胸部CT	●	●		白血球数・赤血球数・血色素量ヘマトクリット値・血小板数	●	●
	呼吸機能検査(肺活量・1秒率)	●	●		血液像	●	×
消化器	胃透視検査または胃内視鏡検査(経口または経鼻)	●	●	免疫学的検査	HBs抗原・HCV抗体・CRP・梅毒検査	●	●
	便潜血検査	●	●		リウマチ因子・HIV検査(希望者のみ)	●	×
腹部超音波検査	肝臓・胆嚢・膵臓・腎臓・脾臓・膀胱・子宮	●	●		血液型(初回のみ)	●	●
	蛋白・糖・潜血・ウロビリノーゲン・ケトン体	●	●	骨粗鬆症	骨塩定量・P・Ca	●	×
尿検査	蛋白・糖・潜血・ウロビリノーゲン・ケトン体	●	●	甲状腺機能検査	FT3・FT4・TSH	●	×
	尿沈渣	●	×				

※眼底検査はAコースでは散瞳、無散瞳のどちらかを選択することができます。
※大腸内視鏡検査を行う場合、人間ドックや一般健診を行う日とは別日にご予約いただくことになります。
※オプション検査のみの検査も可能です。その場合、事務手数料が1,100円(税込)かかりますのでご了承ください。
※市ドックの検査内容は、上記コースと異なります。

◎オプション検査 各種オプション検査をご用意いたしました。人間ドック、一般健診とセットで受診いただけます。検査はすべて予約制となりますので、ご希望の方は事前にご予約ください。

項目	検査内容	料金(税込)
脳ドック	頸部エコー、脳MRI・MRA検査を行います。脳腫瘍・脳梗塞・微小出血・動脈硬化症などを診断するために優れた検査です。(脳ドック単独でもご利用いただけます)	33,000円
胸部CT検査	通常のレントゲン検査では発見することが難しい、小さな肺がんや炎症などを調べる検査です。	7,700円
大腸内視鏡検査	大腸がんの早期発見やポリープ、炎症の確認などを目的とする検査です。	16,500円
MRCP	MRIを使って胆管や膵管の状態を詳しく調べます。膵がんの発生しやすい兆候となりえる膵管拡張や膵のう胞を発見することのほか、膵がんからの間接的な異常を発見するのに役立つ検査です。	18,700円
腹部エコー	超音波を使用し、肝臓・胆嚢・膵臓・腎臓・脾臓・膀胱・子宮の状態を調べる検査です。	4,400円
子宮頸がん検査	子宮頸がんの早期発見のための検査です。(最寄りの婦人科にてご受診いただきます。)	7,700円
乳がん検査A (マンモグラフィ+超音波)	超音波も併用し、マンモグラフィの不得意な点を補い、乳がんの検出率を高めることができる検査です。	7,700円
乳がん検査B (マンモグラフィ)	乳房のしこり(腫瘍)の有無、大きさや形、石灰化の有無がわかる検査です。	3,300円
甲状腺機能検査	血液中の(FT3、FT4、TSH)を測定し、機能を調べる検査です。	3,850円
PSA検査	前立腺がんの早期発見をするための検査です。 ※伊勢崎市がん検診の前立腺がん検診対象の方は、年度のがん検診対象期間中は同時にご受診いただけます。ドック受診時に、市がん検診受診票をご持参ください。	3,850円
View39	採血でアレルギーを調べます。標準的な39項目を検査します。	11,000円
喀痰検査	痰を採取し、肺や気管支などの細胞の悪性度を調べる検査です。	2,200円
N-NOSE (エヌノーズ)	尿検査により全身の早期がんのリスクを手軽に調べられる検査です。	16,800円
アミノ インデックス	血液中のアミノ酸濃度により、がんのリスクを調べる検査です。 男性 胃がん、肺がん、大腸がん、膵臓がん、前立腺がん 女性 胃がん、肺がん、大腸がん、膵臓がん、乳がん、子宮・卵巣がん	25,300円
内臓脂肪CT検査	腹部の内臓脂肪の様子を調べる検査です。	3,300円

※大腸内視鏡検査を選択した場合、生検は行いますがポリープ切除は行いません。 ※マンモグラフィ、乳腺エコーは視触診を含みます。



栄養課レシピ

マグカップオムライス

・エネルギー 349kcal ・塩分 2.1g (1人前)

材料 (1人前)

- ・ごはん……150g
- ・コンソメ顆粒……小さじ1/2
- ・卵……1個
- ・粉チーズ……小さじ1/2
- ・ケチャップ……大さじ1 (ケチャップライス用) と
……小さじ1 (盛り付け用)

作り方

1. マグカップにごはん、ケチャップ (大さじ1)、コンソメ顆粒を入れ混ぜ、平らにならしておく。
2. 「1」に溶き卵を流し入れる。
3. ふんわりとラップをし、溶き卵が沈まないように素早く600wのレンジで2分加熱する。
4. 粉チーズとケチャップ (小さじ1) をかけて完成。



point

冷凍野菜やウインナーなどを入れると
お手軽に満足感アップできます。



おいしい朝が、今日を変える



朝食欠食の現状

朝食欠食は20～30代の若年層や一人暮らしをしている人に特に多いという調査結果があります。忙しくて朝食を摂らずに出勤し集中力が欠けたり、昼食や夕食で高カロリーなものを食べてしまった経験はありませんか?そのような生活が続く食生活が乱れると体脂肪の蓄積や食後血糖値の乱れが生じやすくなり、脂質異常症や糖尿病など生活習慣病の原因となる恐れがあります。



朝食のメリット

朝食を摂ることで体内時計がリセットされ胃腸の働きが活発になり便通を良くする効果があります。また、体温や代謝が上がりやすくなり太りにくい体になるとも言われています。さらに、朝食を食べる習慣がある人はそうでない人と比べて幸福度が高く、身体も心も健康であると回答した割合が高かったという調査もあります。

簡単朝食で健康習慣

「マグカップオムライス」は、忙しい朝でも手軽に作れる栄養バランスの良い朝食です。炭水化物(ごはん)、たんぱく質(卵)を含み、冷凍野菜やウインナーを加えればビタミンやミネラルも補えます。冷蔵庫の余り物を活用できるのも魅力で、ツナ缶やほうれん草を加えると栄養価がさらにアップします。ケチャップやコンソメ顆粒の量を調整したり、減塩ケチャップを使うことで、塩分を抑えつつおいしく仕上げることも可能です。手軽さと栄養バランスを両立したこのレシピで、健康的な朝食習慣を始めてみませんか?

年間テーマ フレイル予防で健康寿命を延ばそう！

フレイル（虚弱）は、加齢に伴う筋力低下や活動量の減少、社会的孤立などが原因で、健康寿命を縮めるリスクがあります。

しかし、適切な運動や生活習慣の改善で予防・改善が可能です。
年4回の連載で、フレイル予防のための具体的な方法を紹介します。

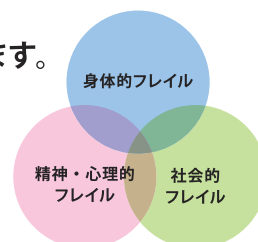
第4回

心の健康を保とう！精神・心理的フレイル予防



フレイルには3つの側面があり、相互に影響し合っています。

- ①. 身体的フレイル：筋力低下や体力の衰え
- ②. 社会的フレイル：孤立や社会参加の減少
- ③. 精神・精神的フレイル：うつや意欲低下



精神・心理的フレイルとは？

加齢に伴ううつ状態や不安、意欲の低下、軽度の認知機能低下などの精神面の衰弱状態を指します。役割の喪失、死別、体力の低下による外出機会の減少などが引き金となり、気分の落ち込みや何事にも興味が持てなくなる状態です。

心の元気を保つポイント

過去の後悔や未来の不安にとらわれず、「今」を大切に過ごしましょう。楽しいことを考えたり、人と話したりすることで、前向きな気持ちを保つことができます。脳を使う運動は、心の健康維持にも効果的です。

運動内容
(コグニサイズ)

コグニステップ（数字で手拍子）

目的：認知機能の維持・向上、脳の活性化による抑うつ予防。

方法：椅子に座るか、立位姿勢にて1から順に声を出して数を数えます。

3の倍数（3、6、9...）の時に手を叩きます。

目安：可能であれば100までカウントしましょう。

1日3セット（朝・昼・夕など分けて行ってもOK）

ポイント：手拍子のタイミングはどんな条件でもOK。

色々な条件で試してみましょう。

（例えば反対に100から0まで数えながら

3の倍数で手を叩くなど）



コグニウォーク（しりとりに計算）

目的：運動と認知課題の同時実施による脳や精神的活性化、心身機能を効率的に向上。

方法：ウォーキングをしながら、しりとりに計算を行います。ウォーキングは上半身を起こし、視線は前方、腕を振ること、踵から足を下ろすことを意識しましょう。

目安：ご自身のできる範囲で調整しましょう。
（歩行時間や歩数での調整）

ポイント：ウォーキングの方法も意識しながら、楽しみながら行いましょう。
1人でもできますが、ペアで行った方がより楽しんで取り組みます。





2027年 新病院移転

平素より石井病院をご利用いただき、誠にありがとうございます。

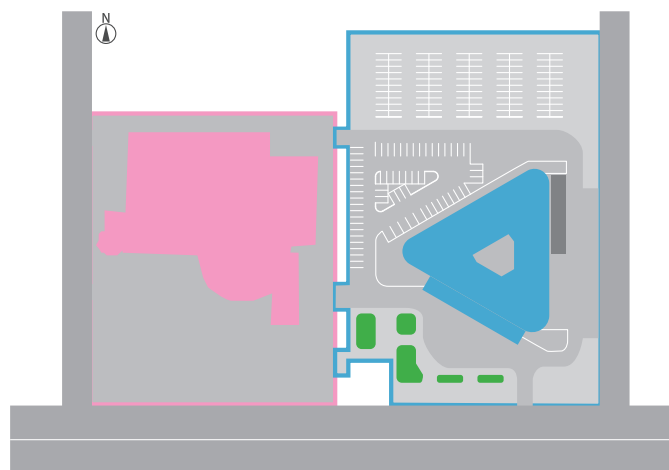
当院は平成元年の開院以来、地域の皆さまの健康を支える医療を提供してまいりました。

このたび、施設の老朽化や多様化する医療ニーズに対応するため、

2027年の開院を目指して現病院に隣接する敷地に新病院を建設することとなりました。

新病院では、より安全で快適な療養環境を整え、地域医療の充実に努めてまいります。

今後とも変わらぬご支援とご協力をお願い申し上げます。



【新病院移転図】



現在の病院は、新病院が開院後の解体を予定しております。解体後は、来院患者様の駐車スペースも十分に確保できる想定です。工事完了までご不便をおかけしますが、何卒ご理解・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

Ishii Hospital



工事スケジュール

2025年 10月～：地盤改良工事	2027年 1月～：屋上関連工事
2026年 1月～：基礎躯体工事	～7月：工事完了
7月～：1階躯体工事	8月～：外構工事・建物諸検査
9月～：2階躯体工事	9月以降：開院予定
10月～：3階躯体工事	
11月～：4階躯体工事	
12月～：5階躯体工事	

【開設地】群馬県伊勢崎市波志江町1149-1、1149-2、1149-3、1149-4 他10筆
 【敷地面積】25,730.18㎡／【構造】鉄筋コンクリート造／【規模】地上5階
 【建築面積】2,692.58㎡／【延床面積】11,002.83㎡／【病床数】188床

防災への取り組み



「消防競技会への参加」総合優勝！3連覇を達成！

令和7年10月8日、伊勢崎市佐波防火協会主催の消防競技会に参加しました。石井病院は女子消火器の部で第3位、男子消火器の部で第1位を獲得。さらに消火栓団体の部では女子団体が準優勝、男子団体が優勝し、総合3連覇を達成しました。

「防災訓練の実施」秋季防災訓練を実施しました。

令和7年10月22日、石井病院で秋季防災訓練を実施しました。伊勢崎消防署北分署の立ち合いのもと、火災を想定した避難訓練や消火器・消火栓の操作方法を学びました。防災意識を高め、非常時に適切な行動がとれるよう、毎年訓練を行っています。



「災害医療活動訓練への参加」地域の安全と医療体制の強化

令和7年11月8日、伊勢崎佐波地域で合同災害医療活動訓練が行われました。深谷断層帯でのマグニチュード8.1の地震を想定し、医療従事者が迅速かつ効果的に対応するための訓練です。当院は2回目の参加となり、貴重な学びの機会となりました。

診療実績報告

外来患者数

単位：人

各 科	9月	10月	11月
内 科	合計 2,872 1日平均 119.7	2,989 115.0	3,458 150.4
外 科	合計 313 1日平均 13.0	336 12.9	285 12.4
形成外科	合計 406 1日平均 16.9	390 15.0	348 15.1
整形外科	合計 3,414 1日平均 142.3	3,543 136.3	3,064 133.2
皮 膚 科	合計 2,715 1日平均 113.1	2,811 108.1	2,477 107.7
眼 科	合計 346 1日平均 14.4	347 13.4	315 13.7
石 井 皮 膚 科	合計 2,203 1日平均 110.2	2,051 97.7	2,028 106.7
洗 川 分 院	合計 5,842 1日平均 318.3	6,240 306.3	5,198 310.5
敷島の森	合計 1,319 1日平均 66.0	1,349 65.8	1,255 66.1

入院患者数

単位：人

各 科	9月	10月	11月
内 科	合計 790 1日平均 26.3	936 30.2	851 28.4
外 科	合計 82 1日平均 2.7	65 2.1	70 2.3
形成外科	合計 12 1日平均 0.4	0 0.0	0 0.0
整形外科	合計 2,586 1日平均 86.2	2,643 85.3	2,747 91.6
回復期	合計 1,289 1日平均 43.0	1,332 43.0	1,290 43.0
皮 膚 科	合計 54 1日平均 1.8	50 1.6	74 2.47
眼 科	合計 2 1日平均 0.1	6 0.2	12 0.40

年間の中央手術件数 (R6.12～R7.11) 単位：件

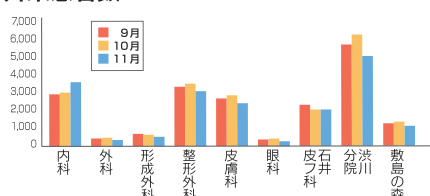
外 科	整形外科	形成外科	眼 科	合 計
26	779	31	44	880

中央手術件数

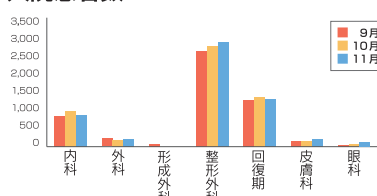
単位：件

各 科	9月	10月	11月
外 科	2	6	1
整形外科	62	73	73
形成外科	3	1	1
眼 科	1	3	6

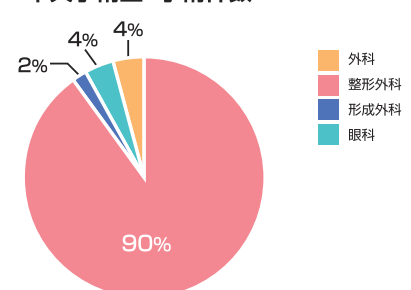
外来患者数



入院患者数



中央手術室 手術件数



集計期間：R7.9～R7.11

患者様やそのご家族のかたにとって
本当に喜ばれる医療サービスをご提供します。

石井会グループ

医療法人石井会 石井病院

内科／呼吸器科／消化器科／循環器科／リウマチ科／外科／肛門科／形成外科／
整形外科／皮膚科／アレルギー科／麻酔科(ペインクリニック)／眼科／リハビリテーション科

〒372-0001 伊勢崎市波志江町1152
TEL.0270-21-3111 <https://www.ishii.or.jp/>
【受付時間】平日8:30～12:00、13:30～17:00
土曜日8:30～12:00
【休 診 日】土曜日の午後、日曜日、祝日



ホームページ



医療法人石井会 石井皮フ科

皮膚科／アレルギー科

〒372-0055 伊勢崎市曲輪町24-14
TEL.0270-25-0250
<https://www.ishii.or.jp/clinic/>



ホームページ



医療法人石井会 渋川伊香保分院

整形外科／皮膚科／形成外科／リハビリテーション科

〒377-0002 渋川市中村116-1
TEL.0279-30-3111
<http://www.shibukawaikaho.ishii.or.jp/>



ホームページ



医療法人石井会 敷島の森おなかのクリニック

内科／消化器内科／漢方内科

〒371-0036 前橋市敷島町240-19
TEL.027-219-0799
<https://shikishima-forest.ishii.or.jp/>



ホームページ



医療法人石井会 マリー訪問看護ステーション

訪問看護ステーション

〒372-0001 伊勢崎市波志江町1152
TEL.0270-27-5926
<https://www.ishii.or.jp/houmonkango/>



ホームページ

社会福祉法人一葉 Green Rose

特別養護老人ホーム／ショートステイ／
デイサービス／ケアプラン

〒372-0007 伊勢崎市安堀町789-3
TEL.0270-21-1108
<https://hitoha.space/>



ホームページ

皆様からのご意見をお聞かせください

当院では患者様により安心してご利用いただける医療サービスを目指して、皆様からのご意見を大切にしています。ご来院時のスタッフの対応等についてぜひご感想をお聞かせください。



こちらから

— 石井病院 SNS —



Instagram



Facebook