

たった1分で準備完了!!

動く紙面を今すぐ体験!!

ARとはかざすマークの写真を専用のアプリで読み取ることで、印刷物に動画や音声などを加えられるシステムの事です。

Step.1
読む前に…
AR再生用無料アプリ **COCOAR2**

無料アプリをダウンロード

左のQRか、アプリストアから「COCOAR2」をダウンロード!

Step.2
アプリを起動して

スマホをかざす

このマークのあるワク内にカメラを向けると……

紙面が動き出します!!

Let's Try!!

実際にこのワク内をスキャンしてARで動かしてみよう!

index | 今月のテーマ **体の棚卸し**

■ 体の棚卸しをして気持ちよく新年を迎えましょう!……P1～3 ■ エクササイズ……P3 ■ わがまちのスポーツっ子、他……P4
■ 健康カレンダー/Healthy Actions……P5 ■ レシピ、他……P6 ■ 読者プレゼント/年末年始休診日情報、他……P7

※PET-CT(陽電子放射断層撮影)検査での全身の撮影の様子



体の棚卸しをして気持ちよく新年を迎えましょう!

2017年も最後の月となりました。年末に向け、何かと慌ただしくなる季節ですが、大掃除や棚卸しなどをきっちり済ませて、新たな気持ちで新年を迎えたいものです。

おかげさまで2度目の年越しを迎えるLa暮らし。今年最後の本誌では、体の棚卸しともいえる、人間ドックについて考えてみます。

ちなみに、来年は戌年ですが、人間「ドッグ」ではなく、人間「ドック」。

これは船を修理したり点検したりする設備のドック(Dock)の意味だそうです。犬(Dog)ではありません。

費用や時間がかかるといったネガティブなイメージが先行しがちな人間ドックですが、実際のところ、何がわかり、どんなメリットがあるのでしょうか?

そして最近の人間ドック事情とは?

今回は、そんなみなさんの様々な疑問にお答えすべく、人間ドックを徹底取材しました。

◆人間ドック、健康診断と何が違うの?

人間ドック、と聞いてどんなイメージがあるでしょうか?

私は何となく、裕福な人が長生きするためにやるような先入観がありました。

そもそも健康診断なら毎年会社でやっているし、体調も特に悪くありません。そんな私にとって、人間ドックというのは、どこか遠い世界のものに感じていました。

そんな疑問を抱きながら向かった先は今回、取材に全面協力いただいたときわ会常磐病院です。

「健康診断というのは、そもそも企業に勤めている人が労働基準法で『受けなければならぬ』という中で受けているものです。だから、必ずしも個々の人の体調に合わせたきめ細やかなものとは限りません」

そう話すのは、健診室長で医師の佐藤亜紀先生(写真)です。

つまり、健康診断は企業に課された義務のもので、人間ドックは自分の意思で受けるもの。

「ですから、人間ドックには基本的な項目はありますが、これといった形があるわけではありません。受けたい人の知りたい

人間ドック、健康診断と何が違うの?

人間ドック、と聞いてどんなイメージがあるでしょうか?

私は何となく、裕福な人が長生きするためにやるような先入観がありました。

そもそも健康診断なら毎年会社でやっているし、体調も特に悪くありません。そんな私にとって、人間ドックというのは、どこか遠い世界のものに感じていました。

そんな疑問を抱きながら向かった先は今回、取材に全面協力いただいたときわ会常磐病院です。

「健康診断というのは、そもそも企業に勤めている人が労働基準法で『受けなければならぬ』という中で受けているものです。だから、必ずしも個々の人の体調に合わせたきめ細やかなものとは限りません」

そう話すのは、健診室長で医師の佐藤亜紀先生(写真)です。

つまり、健康診断は企業に課された義務のもので、人間ドックは自分の意思で受けるもの。

「ですから、人間ドックには基本的な項目はありますが、これといった形があるわけではありません。受けたい人の知りたい

整体師の資格を取得して、いっしょに働きましょう!!

毎日生徒さん募集中!!

整体師大募集 9/24~12/31までの期間限定 授業料が50%割引!

例)整体師コース 通常140,000円(税込) → 70,000円(税込)

<http://seitai-sogo.com>

株式会社リラックスグループ **整体総合学院** いわき校 いわき市鹿島町御代字柿境6-2

お気軽にお問合せください **0120-045-901** 携帯.090-2886-9914 担当:箱崎優子


