仲間の絆をより強くより太く
～サンクスカードを導入しました～

院長　田村　矩章

西伯病院では、「ありがとう」の言葉が飛び交う明るく元気な職場になるため、サンクスカードを導入しました。普段仕事の上で「お世話になりました。ありがとう」の感謝の気持ちはあっても、いざ言葉や行動で伝えることは簡単なようであってなかなか難しいものです。伝えようと思いながら伝えられなかった「ありがとう」を贈り合うことで、私たちの日常業務はもっと活性化し、同じ職場で働く仲間の絆はさらに強まるのではないかと考える所です。感謝し合う職場風土をつくる。それは私たちをさらに元気にし、西伯病院の理念である「地域住民への安心の提供」を推し進める力になると信じています。

サンクスカード

TO.
外来○○さんへ
急な対応してくれてありがとう。
FROM. 医師○○

ご利用下さい
生活習慣病予防健診の実施医療機関に登録

全国健康保険協会管掌（旧政府管掌）健康保険『協会けんぽ』の生活習慣病予防健診は、生活習慣病の早期発見・早期治療のための健診です。受診要件を満たす方であれば、健診費用の助成が受けられ、一部の費用負担にて受診できます。

西伯病院では、平成23年4月から、この制度の実施医療機関となります。協会けんぽ被保険者（青色の保険証をお持ちの方）で、今まで米子市内まで出かけて生活習慣病予防健診を受けておられた方は、この機会に是非ご利用ください。

■お申込み方法■

①受診を希望する健診機関にあらかじめ受診日の予約をとり、
②申込書記入例等をよくお読みになったうえで、必要事項を漏らさず記入して、
③協会けんぽの鳥取県支部に郵送してお申し込みください。
④健診当日は、保険証が必要になりますので忘れずに持参してください。

お勤めの事業所から4月以降、申込書が届いたら、

生活習慣病予防健診

健診の種類	検査項目	受診対象年齢	受診者の費用負担額
一般健診	診察等 身体計測 血圧測定 尿検査 便潜血反応検査 血液検査 心電図検査 胸部レントゲン検査 胃部レントゲン検査	35歳～75歳未満の方	最高6,843円
	眼底検査	医師が必要と判断	最高 76円
子宮がん検診（単独受診）	問診／細胞診	20歳～38歳の偶数年齢女性の方	最高630円

一般健診に付加して受診する健診（セット受診のみで単独受診はできません）

健診の種類	検査項目	受診対象年齢	受診者の費用負担額
付加健診	尿沈渣顕微鏡検査 血液学的検査 生化学的検査 眼底検査 肺機能検査 腹部超音波検査	一般健診を受診する ①40歳の方 ②50歳の方	最高4,583円
乳がん・子宮がん検診（どちらかのみの受診も可）	乳がん： 問診／視診／触診／乳房エックス線検査 子宮がん： 問診／細胞診	一般健診を受診する ①40歳～74歳の偶数年齢の女性の方 ②36歳、38歳の女性の方は子宮がん検診のみ追加できます。	50歳以上：最高1,666円 40歳～48歳：最高2,240円
肝炎ウイルス検査	HCV抗体検査 HBs抗原検査	一般健診と同時受診	最高595円

第49回 健康講座のご案内

◆期　日　3月15日（火）
◆時　間　13:30～14:30
◆場　所　西伯病院1階　地域交流ホール
◆講　師　三浦　明彦（精神科医師）
◆内　容　『睡眠障害について』

食欲、性欲、睡眠は生物の三大本能と呼ばれており、そのうち食欲と睡眠は生命維持に不可欠なものです。睡眠の目的は、心身の休息、記憶の再構成、肌の新陳代謝やストレスの除去などが代表的です。

睡眠障害とは、精神的、身体的な要因により睡眠が質的または量的に障害されることですが、この度は精神的な要因による睡眠障害についてわかりやすく説明いたします。皆さんお気軽にお越しください。