

日本人が  
健康で、長く、良く生きている  
秘訣

# NINGEN DOCK

人  
間  
ド  
ック





松岡良典  
医師、医学博士

“

人を治すことができるのは  
人だけ

”

すぐに  
成果の出る投資、  
それが健康です。

あなたがキャリアに夢中になっているかもしれません。  
あなたが将来の計画に夢中になっているかもしれません。

...しかし、健康な体さえあれば、私たちは望むものをすべて実現することができるのを忘れてしまい、自分自身や家族の生活の質を向上するための健康管理を怠っていませんか。

定期的に総合的な精密検査を受診することで、  
将来につながるしっかりとした  
人生の基盤を築くことができます。



# 目次

<b>人間ドック・日本の予防医学の真髓の真髓</b>	6
人間ドックとは	7
人間ドックの真髓	9
人間ドックの使命	10
人間ドックの目的	11
個別化ヘルスケアチェックリストの参考表	12
人間ドック健診機能	14
人間ドックはいつ受診すべきか	16
健康診断との違い	18
<b>T - Matsuokaメディカルセンターでの人間ドック</b>	20
専門チーム	21
サービスの質	22
人間ドック受診の流れ	23
T - Matsuokaメディカルセンターで人間ドックを受ける場合のメリット	30

# ● 人間ドック 日本の 予防医学の 真髄



10時間程度で終了する人間ドックを受けることで、  
年間8760時間の健康的な時間を過ごせます。



# 人間ドックとは

人間ドックの「ドック」は船を点検・修理するための「Dock」に由来しています。

日本人は、毎年の健康診断を長い航海を終えた船のメンテナンスに例えています。人間も同様に、健康の異常の早期発見、早期治療を確実にするためには、毎年の人間ドックを受けることが非常に重要です。

日本では、1954年の登場から現在に至るまで、人間ドックは学会施設会員数1,727以上、年間受診者数370万人の実績があります。  
(Pubmed 04/2022調べ)

日本では、世界に冠たる医療と「予防医学の真髄」である人間ドックが、人々の主体的な健康管理の意識向上に貢献し、数多くの実績を挙げることができました。

日本人の平均寿命は世界一  
日本のがん患者5年生存率は世界一  
医療の質が高い国ランキングで4位

(メディカルエクセレンスジャパン・  
2020年度お知らせより)



JAPAN SOCIETY OF  
NINGEN DOCK



T-Matsuoka  
Medical Center  
A fulcrum for the health

# T - Matsuokaメディカルセンター

日本人間ドック学会会員施設  
人間ドック型の健康診断を行うハノイ初の医療施設

会員番号: **C2292**

2022年8月24日

T-Matsuoka Medical Center

公益社団法人  
日本人間ドック学会

入会申込書の受領について(通知)

拝啓 時下益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

この度は日本人間ドック学会の趣旨に賛同され、「本学会入会申込書」をご提出していただき有難うございました。

ご連絡頂いた事項に基づき、下記のとおり新会員受付を終了しましたのでお知らせします。

なお、本学会の理事会で承認された場合をもって正会員となりますが、この通知以降、特に連絡がない場合は承認されたものとしてご承知ください。

敬具

記

入会年月日	2022年8月23日
会員番号	C2292
資料送付先住所	〒814-0153 福岡市城南区樋井川 6丁目 36番 13号 療法人 EMS 事務局

※住所変更などがございましたら、学会事務局まで(会員番号を明記して)

FAX ご連絡をお願いします。

以上

〒102-0075

東京都千代田区三番町 9-15 ホスピタルプラザビル 1F

TEL: 03-3265-0079 FAX: 03-3265-0083



# 人間ドックの優れた特徴

総合性・詳細性・精密性・効果性・正確性

診察、検査、診療結果、治療相談、診療工程、医療サービスの質において、上記の5つの要素は同時に実現されなければなりません。





# 人間ドックの使命

## 01

現在の健康状態の評価



## 02



健診中の細やかな**カウンセリング**

## 03



**長期**の健康管理と経過観察

## 04



**将来**起こり得る病気のリスクの予測



# 人間ドックの目的

01



症状が現れる前にかんや自覚病状のない疾患などの**早期発見**

02

健康を害する前に病気の危険因子を**早期治療**します。さらに、「ゴールデンタイム」に発見することができれば、多くの病気が完治し、患者様の身体的、精神的、経済的、時間的負担の軽減に繋がることができます。



03



**健康状態を確認・分類**することで、患者様をご自身の健康状態を把握し、不安を解消することができます。

# 個別化ヘルスケアチェックリスト の参考表

T - Matsuokaメディカルセンターでは、既往歴、生活習慣、ライフスタイルをもとに、患者様一人ひとりに適した個別化ヘルスケアチェックリストをお届けします。

## 肥満



- 心臓
- ABI検査・CAVI検査  
(動脈硬化 & 下肢動脈の狭窄・閉塞)
- 内臓脂肪
- 生活習慣病
- 肝臓
- 脳
- InBodyの数値
- メタボリックシンドローム

## 骨・関節



- 40代以上・
- 女性・
- 骨折の既往歴がある・

- 骨密度測定
- 筋骨格系の病気の検査

## 大腸



- 40代以上・
- 肥満・
- 大腸癌の既往歴がある・

- 大腸内視鏡検査

## 高年齢



- 50代以上・
- 頭痛、めまい・
- 生活習慣病・
- (肥満、消化器系など)を持っている
- 脳卒中の家族歴がある・

- 筋骨格系
- 心臓
- InBodyの数値
- 脳 & 認知症の検査
- ABI検査・CAVI検査  
(動脈硬化 & 下肢動脈の狭窄・閉塞)

家族の中にがん患者  
さんがいる



- 肺CT検査
- 膵臓
- 腫瘍マーカー

アルコール摂取



- 肝臓
- 膵臓

喫煙



- ABI検査・CAVI検査  
(動脈硬化 & 下肢動脈の狭窄・閉塞)
- 肺CT検査
- 心臓
- 脳

女性

- 早期更年期、生理不順
- 乳がんの家族歴がある
- 妊娠未経験
- 授乳歴がない

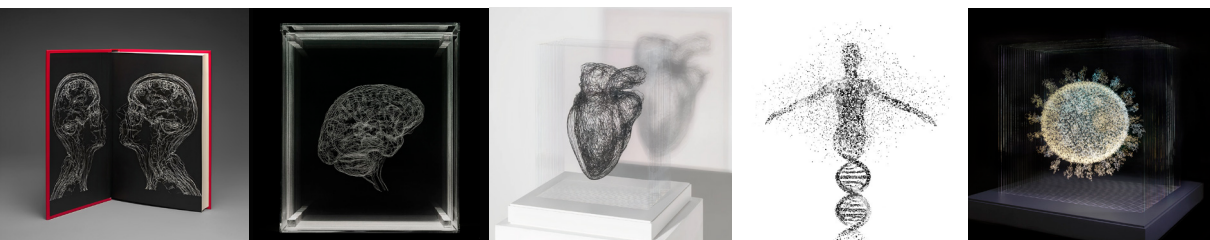


- HPV検査
- 筋骨格系
- 甲状腺
- 乳房

# 効果的な治療法が確立している500症候群、疾患以上を早期に発見可能。

(FDA報告の症例数)

- 脳卒中のリスク
- メタボリックシンドローム  
(糖尿病、心臓病、肥満、など)
- 前がん病変
- 早期がん
- がん



## 神経

### 頭蓋

- ・脳腫瘍
- ・脳萎縮

### 脊椎

- ・骨髄腫
- ・変性、ヘルニア

## 眼

- ・白内障
- ・糖尿病眼合併症  
(眼底検査による検査)
- ・視力:近視、遠視など

## 耳鼻咽喉

- ・上咽頭がん
- ・喉頭がん
- ・聴力

## 内分泌器

- ・糖尿病
- ・甲状腺腫瘍疾患
- ・甲状腺がん

## 産婦人科

- ・乳がん
- ・卵巣腫瘍/がん
- ・子宮頸がん

## 消化器

### 管腔臓器

- ・食道がん
- ・胃がん
- ・大腸がん
- ・直腸がん
- ・胃潰瘍
- ・腸・肛門の病気

### 実質臓器

- ・肝のがん/硬変
- ・肝胆膵疾患

## 腎臓内科・泌尿器

- ・慢性腎臓病
- ・前立腺肥大症
- ・前立腺がん
- ・腎がん、膀胱がん

## リンパ節

- ・リンパ腫
- ・悪性リンパ腫

## 口腔顎顔面

- ・顎骨腫瘍
- ・舌がん

## 皮膚

- ・湿疹
- ・皮膚がん
- ・皮膚疾患t

## 心臓・血管

- ・頭蓋外頸動脈狭窄症
- ・大動脈瘤
- ・急性心筋梗塞
- ・下肢の深部静脈血栓症
- ・下肢静脈瘤
- ・高血圧

## 筋肉、骨、関節

- ・椎間板ヘルニア
- ・痛風
- ・骨粗鬆症
- ・運動機能
- ・変形性関節症

## 栄養、免疫機能

- ・吸収不良症候群
- ・肥満
- ・アレルゲン検査
- ・自己免疫疾患(全身性エリテマトーデス、関節リウマチ等)

## 血液

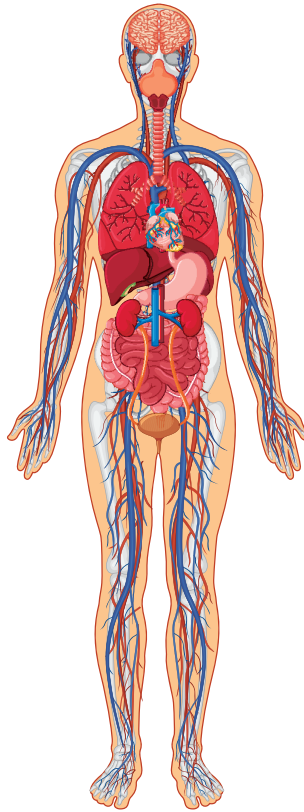
- ・血管肉腫
- ・血液がん
- ・貧血

## 胸部・呼吸器

- ・肺がん
- ・慢性閉塞性肺疾患

## 心の病気

- ・不安障害
- ・うつ病





# 人間ドックはいつ受診すべきか



“

40代になったら、人間ドックを定期的に受診すべきです。  
できれば、**年齢に関係なく若いうち**から受診しておくとよいでしょう。

—フォーブスジャパン—





25歳を過ぎると、身体は変化し始め、がんや脳卒中など、多くの危険な病気の罹患リスクに直面するようになります。このときに最も重要なのは、自覚病状のないうちから、又は健康なうちから、積極的に定期的な人間ドックの受診をお勧めします。



- 原因不明の痛み、数週間経っても改善が見られない。
- ほくろやイボが急激に大きくなったり、黒ずんだり、出血したりしている。
- 体に腫瘍、しこりができている。
- 膣からの不正出血。特に生理と生理の間や閉経後の不正出血。
- 吐血、下血
- 血尿
- 嘔声や長引く咳
- 嚔下
- 原因不明の体重減少



- がん、心臓病、糖尿病などの家族歴がある。
- がん、肝臓病、肺病などの既往歴がある。
- 更年期、内分泌障害の女性
- 過体重、肥満、男性ウエスト周囲径90cm以上、女性ウエスト周囲径80cm以上
- アルコール、タバコなどの頻繁な多量の摂取
- ストレスの多い仕事、有害な労働環境、不健康な生活習慣など
- がんの放射線治療または化学療法を受けたことがある。
- ピロリ菌感染、B型・C型肝炎、肝硬変、大腸ポリープ、大腸炎にかかったことがある。

# 健康診断との違い





## 多診療科を横断した総合的な 精密検診と診断

人間の身体は1つの繋がったシステムであり、各器官が互いに繋がり合い、協調して機能しています。多診療科を横断した総合的な精密検診と診断を行うことは、全身に渡る問題の根本的な原因の発見に繋がり、お客様は健康診断の結果について本当に安心することができます。

## 病変の早期発見、見逃し防止

人間ドック型の健診は、前がん、早期がん、危険な障害・疾患予備群、潜在的な慢性疾患の病変を、微小な病変も見逃さず非常に高い精度で抽出が可能。



## 効果的な治療カウンセリング

健診の結果から、医師は生活習慣の改善や病気の発症を防ぐための予防、慢性疾患で傷がついた臓器の機能を回復・向上させるためのアドバイスなどを行います。

## 病歴と生活習慣の聴取

病気の原因のひとつは、生活習慣からくるものです。T-MATSUOKAメディカルセンターでは、経験豊富な専門家と医師のチームは、病歴・生活習慣の聴取チェックリストや最新の医療機器を活用し、危険な障害・疾患予備群を抽出し、適切かつ効果的な治療法のアドバイスをお届けします。





# T - Matsuokaメディカルセンター での 人間ドック

T - Matsuokaメディカルセンターでの人間ドックが、単なる健診にとどまらず、患者様にとって価値のある医療知識の共有、ひいては自分自身の健康をより理解し大切によとする意識の向上にもつながることを期待しております。

## 専門チーム

医療において、医師の医療倫理と臨床経験は、診察と治療の質を決める重要な要素です。

T - Matsuokaメディカルセンターの誇りは、ベトナムと日本の優秀で献身的で情熱な専門医から構成される分野横断的で専門性の高い医師チーム、経験豊富・献身的で熟練した、患者様をよく理解する看護師と技師のチームが揃っていることです。





# 医療サービスの質

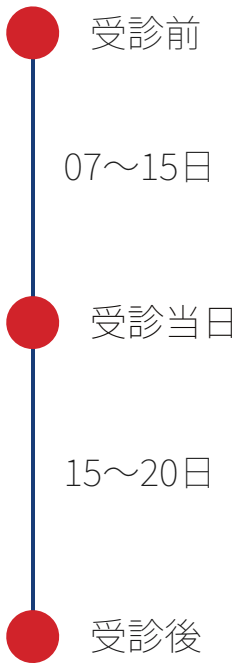
T - Matsuokaメディカルセンターは、診察や治療を受けることが決して楽しいものではないことを理解し、日本の有名なおもてなし精神をもとに、一つひとつのサービスにこだわり患者様の誰もが快適に過ごせるサービスの提供に日々誠実に取り組んでいます。

医療機器、衣服、医療用品はすべて別々に準備され、交差汚染を徹底的に防止しています。

私たちは患者様一人一人に気を配り、健診の全行程に同行し、便利性とプライベート感のある健診体験を実現しています。



# 人間ドック受診の流れ



# 受診前



## 病歴の聴取

医療スタッフの案内のもと、約200項目の詳細な質問を用いて患者様の病歴や生活習慣を聴取します。その結果に基づき、医師は患者様の健康状態をよりよく理解し、正確で個別化された検査の指示と適切で有益なアドバイスをを行うことができます。



## 受診前のご案内

受診当日に身体が適切な状態で受診いただけるようよう、食事、お薬の服用の一時停止（服用中の場合）、生活、運動などに関して適切な対策をご案内します。このような事前準備をして頂くことが、精度の高い検査につながります



## 検体採取

検体採取の手順について、患者様へ具体的にご案内します。



# 受診当日

## 当院スタッフによる同行サポートが付きます。

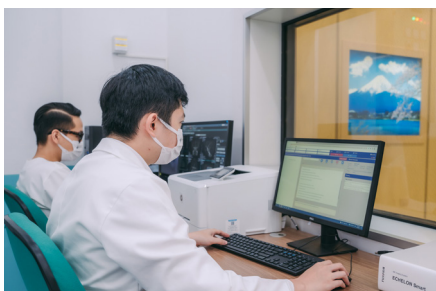
T - Matsuokaメディカルセンターでは、カスタマーサービススタッフが受診の同行・サポートをし、受診の過程がスムーズに進むような環境を整えております。

## 細心の注意を払った診察と検査をお届けします。

診察と検査は、わずかな異常も見逃さないよう、すべての手順で細心の注意を払って行うことを常に心がけております。

## 厳格な検査プロセス

患者様にとって便利であり、移動時間や待ち時間の短縮につながる、日本の基準に準拠した厳格な検査プロセスを実現しております。



# 受診の流れ

人間ドックの検査は**1~2日**かけて行われます。  
検査項目は患者様ごとに柔軟に調整が可能。



## 受付

患者様の診療録作成、バイタルサイン・肥満度・筋肉量・脂肪量の測定



## 血液検査

B型肝炎、C型肝炎、メタボリックシンドローム、糖尿病、肝機能、腎機能、甲状腺機能、胆嚢機能などの検診に役に立ちます。



## 診察

医師による直接診察で、咳・腹痛などの自覚病状や、不整脈・皮下出血などの患者様が自覚していない他覚症状を検出します。



## 超音波検査

甲状腺、肝臓、胆汁、膵臓、腎臓、脾臓、両側乳腺の現状評価と異常サインの早期発見



### 消化器内視鏡検査

人工知能 (AI) を用いることで、消化管病変やピロリ菌などの早期発見が可能。



### 昼食、休憩

日本式の食事をご用意します。



### 画像診断

心臓、動脈、静脈の超音波検査で、硬化、血管の狭窄・閉塞、狭窄、静脈瘤の状態を評価します。

胸部・腹部CT検査で、初期肺がんや胸部疾患などの徴候を検出します。

人工知能 (AI) を搭載した全身MRI検査で、がんや脳卒中リスクなどの早期発見を行います。



### 受診後の専門家によるカウンセリング

当日結果の出ている検査（超音波検査、血液検査、急性疾患など）の結果については当日説明・カウンセリングいたします。



# 受診後

## 結果報告

診療録をもとに専門委員会が各健康項目の状態をA、B、C、D、Eの段階で評価し、患者様にご自身の健康状態やリスクを把握できるようにしております。

- A - 異常なし
- B - 軽度異常あるも日常生活に支障なし
- C - 要経過観察、要生活注意
- C1/C3/C6/C12 - 1/3/6/12ヶ月後要再検査
- D1 - 要治療
- D2 - 要医療、要精密検査
- E - 治療中

## 結果カウンセリング

検診の結果をもとに、専門家チームが栄養・食生活や運動・身体活動の生活習慣の見直し、健康的なライフスタイルの促進、積極的な健康診断受診など、患者様の主体的な長期健康管理法のカウンセリングを行います。

## 徹底的な問題解決策のご提供

- ・ 危険な異常サインが検出された場合の精密検査
- ・ 癌や危険な病気が疑われる場合の多診療科を横断したカンファレンス
- ・ かかりつけ医に主体的な健康管理のサポート
- ・ ベトナムのトップリファラル病院、日本国内の提携医療機関34施設での診療サポート





# T - Matsuokaメディカルセンター の人間ドックをご利用いただく 際のメリット

## 特典

当院の日本語で記載される診療録は、日本国内の34病院でも認められ、患者様が日本で診断・治療を受けることが必要になった場合、時間も手間もコストも削減に繋がります。

前がん病変、早期がんについては、T - Matsuokaメディカルセンターの医師チームが、効果的で高度の低侵襲治療法のカウンセリングを行います。

## ご自身の健康状態を主体的かつ定期的に把握して頂くことが可能に

受診結果の記録は詳しくまとめ、各健康項目の状態を評価し、患者様へ長期的なケアプランをご提供いたします。すべての結果はHIS・PACsの医療情報システムに保存され、医師と患者様が年間の健康状態の変化を把握・比較することができるようにしております。

## ベトナム現地で日本式の間ドックをご体験いただけます。

T - Matsuokaメディカルセンターの間ドックでは、日本の基準に基づき、各ステップにおいて厳密かつ詳細な検査を行い、利便性を確保し、各種検査のプロセスの最適化を図り、受診者の待ち時間短縮を実現しております。これらは日本まで行かなくても、T - Matsuokaメディカルセンターですべて行うことができます。

## 01つの医療施設内で、多診療科を横断した総合的な精密検診の受診が済むことが可能。

T - Matsuokaメディカルセンターでは、豊富で高度な専門知識と実務経験を持つ一流の専門家が参集し、そして最新機器の効果的な活用により、01つの医療施設内で多診療科を横断した総合的な精密検診をご受診いただけます。異なる複数の医療機関もご利用になれる場合の移動や手間などがかからず、受診が済みます。





1800 888 616 | [info@t-matsuoka.com](mailto:info@t-matsuoka.com) | [www.t-matsuoka.com](http://www.t-matsuoka.com)  
[www.facebook.com/TMatsuokaMedicalCenter](https://www.facebook.com/TMatsuokaMedicalCenter)  
HA NOI市BA DINH区KIM MA町NGUYEN THAI HOC通り154号VJMビル