

皆さま「お元気ですか——！！」元気だけが取りえの中村です。

今月は今更ながらではありますが、人間ドックとは何ぞやということについて触れてみたいと思います。人間ドックとは、船の『点検』『整備』『修理』をするところであるドックという言葉を入のからだにもあてはめて呼んでいることをご存じの方も多いと思います。

船の『点検』は人でいうと『検査』であり、『整備』は『異常の早期発見と生活改善』、『修理』は『早期治療』となります。

特定保健支援中の皆さまは、すでに今年のかからだの『点検』が終わり、いま熱心にメタボリックシンドローム予防の『整備』に取り組んでいただいているわけですが、メタボリックシンドロームに関連する検査項目以外についても必要に応じた『整備』や『修理』を行っていますでしょうか。

もしまだという方がいらっしゃいましたら、できれば年内に少なくとも今年度中に『整備』や『修理』を済ませてください。人間ドックは『点検』だけで終わらせてはもったいないです。せっかく貴重なお時間を使ってご受診いただいたのですから、来年の人間ドックまで安心してお過ごしただけのためにも、ぜひともお願いしたいと思います。

堅苦しい話になってしまいましたので、少しだけ楽しいお話をご紹介します。最近は何々な場所でマスコットキャラクターや、ゆるキャラなどを見かけるようになりました。前回のコラムをご覧になった方はおわかりかと思いますが、私たちは流行ものが大好きです。

そこでブームに乗ろうとマスコットキャラクターを考案しましたので、ご紹介いたします。

名前は犬の『どっくちゃん』。『ドッグ』ではなくて『どっくちゃん』です。黒いパンツに赤いタオルを首にかけているのはアノ人の元気にあやかって……ってことです。

このイラストはドックの職員が飼っているワンコをモデルに本人が書きました。これからも、いろんな場面で皆さまのお目にかかるかと思いますが、未永く可愛がってください。

早いもので今年もあとわずかとなりました。楽しく年の瀬を過ごし、お元気で新しい年をお迎えくださいませ。  
(保健師 中村 光)

