

あなたの健康づくりを全力サポート！

よぼう医学

<https://www.yobouigaku-tokyo.or.jp>

2026年1月15日発行 通巻第559号 公益財団法人東京都予防医学協会

The News of
Health Service
新年号
2026 WINTER
No.31

よぼう医学

No. 31

2026
WINTER
新年号

2026年1月15日発行 通巻第559号

発行人 久布白兼行
編集 広報室

発行所
東京都新宿区市谷砂土原町1-1-2
TEL 03-3269-1121

〔特集〕

新しい 学校検尿システム

なぜ新しいシステムが
必要なのか

公益財団法人 東京都予防医学協会の

人間ドックで体と向き合う 時間をつくりませんか

健康的な毎日を送れるよう精度の高い検査と心をこめたサービスで
皆様の健康づくりをサポートいたします。

1

マルチスライスCTで
高品質の健康チェック

2

特定保健指導の
初回面接が可能

人間ドック
4つの特色

人間ドックの紹介映像は
こちらから



3

大腸内視鏡検査など
アフターフォローも充実

4

管理栄養士考案の
お弁当ランチをご提供

Smart Meal
スマートミール

ご予約電話 ☎ 0120-128-177
携帯電話からは ☎ 03-3269-2190

受付時間／月～金曜日 9:00～16:30
第1・3・5土曜日 9:00～11:30

東京 予防医学

検索

<https://www.yobouigaku-tokyo.or.jp>

予約前後に健康保険組合様へのお手続きが必要な場合がございます。
健康保険組合様の指示に従いお手続きをお済ませください。
お支払いには各種クレジットカード、電子マネー、コード決済をご利用いただけます。



公益財団法人東京都予防医学協会
TOKYO HEALTH SERVICE ASSOCIATION

公益財団法人東京都予防医学協会

保健会館クリニック



ADDRESS

〒162-8402 東京都新宿区市谷砂土原町1-2

TEL 03-3269-1151

URL <https://www.yobouigaku-tokyo.or.jp/hokenkaikan/>



診療時間

〈 予約優先制 〉

月曜日～金曜日……………9:00～16:30

第1・3・5土曜日……………9:00～11:30

※初診の受付 午前……………9:00～11:00

午後……………13:00～16:00

※診療スケジュール等を変更する場合がございます。最新情報はホームページをご覧ください。



診療科目

内科

内分泌科

消化器内科

循環器内科

呼吸器内科

肺放射線診断科

糖尿病内科

婦人科

乳腺外科

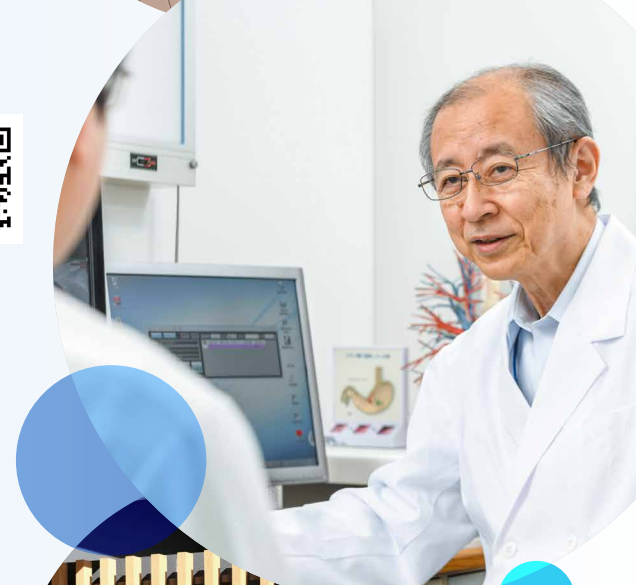
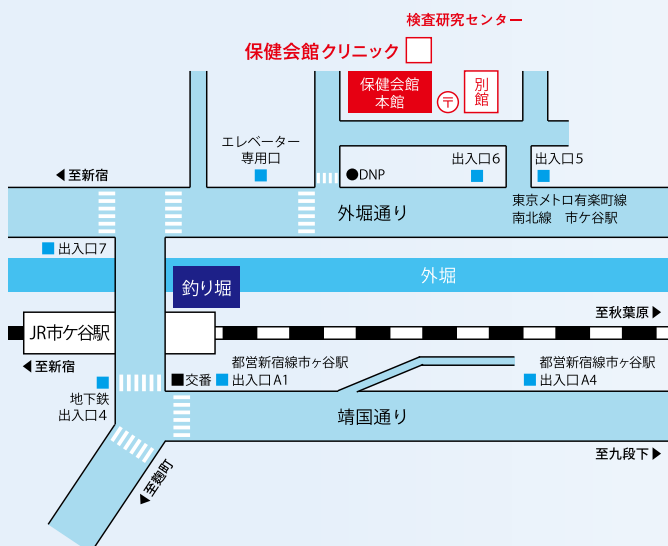


ACCESS

▶ JR中央・総武線「市ヶ谷」駅より徒歩5分

▶ 東京メトロ有楽町線・南北線「市ヶ谷」駅5・6出口より徒歩2分

▶ 都営地下鉄新宿線「市ヶ谷」駅より徒歩5分



CONTENTS

04 年頭に寄せて

尾崎治夫 公益社団法人東京都医師会 会長 / 成田友代 東京都保健医療局 技監

特集

06 新しい学校検尿システム

なぜ新しいシステムが必要なのか

柳原剛 日本医科大学付属病院小児科 准教授

10 睡眠学入門 快適な眠りにいざなうために

睡眠衛生指導をするにあたって
導入と話の進め方

小曾根基裕 久留米大学医学部
神経精神医学講座 主任教授

11 リレーエッセイ 感染症とともに生きる

自分や周囲だけでも守りたい
(それを皆でやればいい)

堀成美 看護師・感染対策ラボ 代表

12 知っておきたい目のトラブル

今、近視が熱い

島崎潤 赤坂島崎眼科 院長

13 女性が抱える健康問題とその予防

人生100年時代の自分さがし

北村邦夫 日本家族計画協会 会長

14 保健会館クリニックの医師がお答えします!

子宮がん精密検査センター

藤井多久磨 本会検査研究センター センター長

16 [保健師コラム]

健康づくりを応援したい!

「よい睡眠」をとるために

17 [管理栄養士コラム]

この数字はなんでしょう?

15品目→ 2026年度からの指定野菜の品目数

18 [健康運動指導士コラム]

筋肉の働きと運動

からだの中心を支える
外腹斜筋・内腹斜筋

19 おすすめの一冊

外山滋比古『新版 思考の整理学』

犬塚亮 東京大学医学部附属病院小児科 准教授

20 始めています! 健康経営

本会の取り組みを紹介します

22 本会の活動から

23 アフガニスタンの女の子へ

学ぶ機会とエールを届ける

思い出のランドセルギフト

24 拡大新生児スクリーニング検査

25 Seminar Information