



～亀田クリニック 人間ドック体験記～

この3月に4年ぶりに、亀田MTGクリニックさんで人間ドックを受診してきました。グアムでも健康診断は、医療機関で受けられますが、やはり日本語で説明を受けられて安心できること、検査がスムーズで信頼できることから機会があれば日本で人間ドックを受けるようにしています。

まずは、日本行きを決めたらすぐに（一ヶ月前ぐらいから）予約を入れました。混み合うことも多いようで、早めのご予約をお勧めします。

人間ドック予約センターからは、事前に日本の滞在先へ『人間ドックのご案内』が送付され、受診前の食事制限などの案内、問診票や採尿、採便容器などが同封されていました。

今回、一日人間ドックコースに胃部内視鏡検査（いわゆる胃カメラ）、乳腺視診検査、乳腺レントゲン検査、乳腺超音波検査、子宮頸部細胞診、子宮超音波検査を追加して、78,840円かかりました。（クレジットカード使用可）国民健康保険に加入していませんので全額自己負担でしたが、グアムに帰国後、現地保険会社staywellさんへ自分で英訳した領収書と

検査報告書を提出しました。（一ヶ月後、300ドルが戻ってきました。）

さて、検査ですが、入り口には人間ドック女性専用のドアがあり、柔らかなソファ、日本の雑誌が読み放題、テレビもついていて待つことは苦痛にならず、むしろもっとゆっくり雑誌を読みたいと思ったぐらいです。看護師の方もどの方もとても親切丁寧でした。特に、胃カメラの麻酔は前回受診したとき、異物感が強かったことが記録にあり、今回は麻酔を丁寧にしていただき、快適な受診となりました。その日のうちに、簡単な結果も知らせてくれて安心です。

8時に来院し11時には終了。昼食は隣りにある幕張テクノガーデン24階中華レストラン（謝朋殿）にて薬膳料理をいただけます。（料金は人間ドック料金に含まれている）幕張副都心を見下ろす素晴らしい景色と美味しいお食事にさすが、日本は至れり尽くせりと感心いたしました。

詳しい検査結果は、後日、日本の滞在先に一週間ほどで郵送されてきました。日本人会員の皆様にもぜひ、日本での人間ドックをお勧めいたします。（50代 T.Y）



CELEBRATING 49 YEARS OF
Håfa Adai Service



For all your insurance needs,
call us today at:

(671) 477-9754
or **475-5700**

Hagåtña

tel 477-9754 | fax 477-2315

Tamuning

tel 475-5700 | fax 649-0997

Life & Health

tel 475-1481 | fax 477-2122

NANBO

Tokio Marine Claims Office

tel 475-5700 | fax 475-8672

Tokio Marine Pacific Insurance Limited | Pacific Guardian Life

nanbo.com

Tokyo Mart

東京マート ☎646-6615

Monte Celo Plaza, Next to Cost U Less Tamuning

7月のご案内

毎度東京マートをご利用いただきありがとうございます。

東京マート 今月のおすすめ品

マルコメ ダイズラボシリーズ!

大豆からできたお肉の代用品、その名も『大豆ミート』を入荷いたしました! 高たんぱくで低脂質、食物繊維たっぷりの大豆ミートを是非お試しください!!

東京マートで購入できます!!

日本産 黒毛和牛

当店では日本産の黒毛和牛を販売しております。グアムでは中々見ることが出来ない見事な差しの入った牛肉をたまの贅沢にいかがでしょうか!

開催時期は当店Facebookでご確認ください。

※イベント等は諸事情により変更・中止になる可能性もございます。ご了承くださいませ。

皆様のご来店お待ちしております。

月~土 10:00am ~8:30pm 日 10:00am ~6:30pm

東京マートのセール情報はフェイスブックで
<https://www.facebook.com/home.php#!/TokyoMart.SPE>

Tokyo Mart Express 【お弁当専門店】

Agana Shopping Center 内 ☎477-6615

月~土 10:00am ~8:00pm 日 10:00am ~6:00pm

各種 お弁当が好評です。

