

## むし歯のない3歳児

このコーナーでは、町の健康診査で「むし歯のない3歳児」として表彰されたお子さんを紹介します。付き添いの保護者の方から、むし歯ゼロへの取り組みなどをお聞きしました。



あさくら きさき 浅利 咲々 ちゃん

「1日2回しっかり仕上げ磨きをしています」



おのの であら ちさこ 小野寺千紗 ちゃん

「仕上げ磨きを丁寧にやっています」



おのの であら まな 小笠寺舞那 ちゃん

「夜の仕上げ磨きをしっかりとやっています」



すずき そうま 鈴木 颯馬 くん

「歯磨きが大好きです」



ちだ たつや 千田 竜矢 くん

「飲み物は牛乳だけです」

私には関係ない…。しかし日本の女性の11人に1人が乳がんにかかると言われていて、早期に見つけ適切に治療すれば9割以上の確率で治癒が期待できます。定期的な検診が大切です。



日本において、がんは1981年から死因の第1位となり、2015年には年間37万人が亡くなっており、3人に1人が「がん」で亡くなっていることになりました。がんの中でも「乳がん」は女性のがんによる死因の第5位となっており、がんの多くは高齢になるほど発症リスクが高まりますが、乳がんは、40～50歳代、子宮頸がんは20～40歳代でも増える傾向にあります。当町の検診結果を見ると、50～60歳代でがんが発見されることが多い状況にあります。どの世代でも早期発見・早期治療につながるよう国が勧めている2年に1回の検診を必ず受けるようにしましょう。

## 乳がん・子宮頸がん検診を受けましょう

### 乳がんは女性に一番多いがん

乳がんは乳房にできるがん。固いしこりをつくる病気で、しこりを感じなくても、乳頭から血液が出てき見つかるともありません。乳がんは女性に一番多いがんであり、40～50歳代をピークに発症や死亡が増えています。また子育てや介護、仕事など女性として一番忙しい時期にかかりやすい病気です。乳がんを早く発見するためには40歳以上の女性を対象に乳がん検診を行っています。また30歳代の女性には乳がん検診

性には乳房超音波検診を行っており、若い年代から乳がん検診を受けることができます。

ら、2年に1回検診を受けましょう。無料クーポン券を活用しよう

### 各種がん検診の追加日程

▽胃がん検診・肝胆膵超音波検診 11月4日(日)  
▽大腸がん検診 11月4日(日)、25日(日)  
▽乳がん検診・子宮頸がん検診 11月25日(日)  
※検診を申し込んでいたが、まだ受診していない人は追加日程を利用して受診してください。

乳がん検診	
■日程と会場	▷ 9月24日(月) 保健センター ▷ 9月25日(火) 保健センター ▷ 9月26日(水) 長島公民館 ▷ 11月25日(日) 保健センター
■受付時間	9:00～10:30、13:00～14:00
■対象者	昨年度検診を受けなかった40歳以上の女性(1978年12月31日までに生まれた女性)
■検査内容	▷ 40歳代…乳房X線検査と乳房超音波検査 ▷ 50歳以上…乳房X線検査のみ
■個人負担金	▷ 40歳代…3,000円 ▷ 50歳以上…2,000円

子宮頸がん検診	
■検診日程と会場、受付時間	上記「乳がん検診」と同じ
■対象者	昨年度検診を受けなかった20歳以上の女性(1998年12月31日までに生まれた女性)
■検査内容	内診、子宮頸部細胞診
■個人負担金	…1,000円

乳房超音波検診	
■検診日程と会場、受付時間	上記「乳がん検診」と同じ
■対象者	2018年12月31日現在で30～39歳の女性
■検査内容	乳房超音波検査
■個人負担金	…2,000円



### 砂遊びには良い効果がたくさん!

子育て支援センターでは園開放日やのびのびクラブなどの行事の日に中庭や園庭を開放しています。外遊びの中でも、子どもたちがいつも夢中になって楽しんでいるのが、砂遊びです。その砂遊びには、さまざまなメリットがあるといわれています。■五感を刺激し、手先が器用に水を加える量の加減で、さまざまな感触を楽しむことができ、脳を刺激します。■創造力・想像力を育む 料理ごっこをしたり、穴を掘って水を入れ温泉を作ったりと、子どもの想像力が膨らみます。自分の思い描くものを形にしようと、水の量を調節したり、砂を選んだり試行錯誤します。

- ◎園開放日(園庭・園舎) 子育て支援センター 毎週月・水・金曜日
- ▽長島保育所 毎週水曜日
- ◎のびのびクラブ 「ミニ運動会」 ※参加申込期限 13日(木)
- ◎みんなの広場 「ハロウィンパーティー」 ※参加申込期限 12日(水)
- ◎給食試食会 18日(火)
- ※参加申込期限 18日(火)
- 問い合わせ先 子育て支援センター (平泉保育所内) ☎46-2767



二人で仲良く砂場遊び中

■協調性や社会性が身に付く 初めはスコップやバケツなどの道具の貸し借りを通して、友だちとのやり取りが出てきます。年齢が高くなると、穴を掘る人、水を運んでくる人などの役割を分担して、協力して遊び、社会性が身に付きます。

## 一関保健所からのお知らせ 申し込み・問い合わせ先…一関保健所保健課 ☎26-1415

### こころの健康相談 (事前予約必要)

専門医師が無料で、こころの健康相談に対応します。  
■日時…9月6日(木) 13:30～15:30  
■場所…一関地区合同庁舎千蔵分庁舎

### フリースペースひだまり (事前予約必要)

家の外に出ることができないなどひきこもりで悩んでいる人が利用できます。ご家族の情報交換や交流も行っています。  
■日時…9月3日(月) 13:30～16:00  
■場所…一関市勤労青少年ホーム(一関市田村町)

### 血液検査、骨髄バンクドナー登録 (事前予約必要)

■日時…9月11日(火) ※骨髄バンクドナー登録 9:00～9:30 ※血液検査(HIVなど) 10:30～11:50  
■場所…一関保健所  
■血液検査の種類  
▷ HIV抗体検査  
▷ 梅毒抗体検査  
▷ 肝炎ウイルス検査  
▷ クラミジア病原体検査(※尿検査)  
■検査料金…無料