

がん検診を 受けましょう

世界有数のがん大国

現代の私たちにとって、「がんを防ぐ」ということは健康を守るために大切なことのひとつです。日本ではおよそ2人に1人が「がん」になっており、3人に1人が「がん」で命を落としているのが現状であり、日本は世界有数の「がん大国」と言えます。



では、「がん」にかからないようにするために、私たちはどのようなことをすればよいのでしょうか。

か。まずは禁煙する、適度な運動をする、普段の食事の取り方に注意するなど生活習慣を改善して、「がん」になりにくい生活を送ることが大切です。

しかし、「がん」になりにくい生活を続けていても、「がん」になる危険性をゼロにすることはできません。そこで重要なのが初期段階の「がん」を発見することにつながる「がん検診」です。

早期発見でがんを治す

岩手県地域がん登録事業データ（平成16～18年診断例）をみると、早期で「がん」を発見できた場合の5年後の生存率は90%を超えています。医療技術の進歩と検診での早期発見で「がん」は治せる時代になってきています。特に進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を行うことにより、高い確率で治ることがわかっています。がん検診は、初期の段階で「がん」を発見するために非常に有効な手段となっています。

受診率は20～30%

国では、がん検診の受診率を50%に上げることを目標にしています。しかし町内における各種がん検診の受診率は20～30%となっています。「がん」によって命を落とす人を少なくするためには、もっと多くの人ががん検診を受けてもらい、「がん」の早期発見・早期治療につなげる必要があります。

追加検診を行います

平成29年度も各種がん検診を実施しており、11月に追加検診を行います。本年度まだ受けていない人や職場などで受ける機会がなかった人は、ぜひこの機会にがん検診を受診しましょう。

第4回 平泉町健康づくりの集い

■日時…11月12日(日) 9:00～15:00

■場所…①保健センター
②役場2階201会議室
③ホテル武蔵坊

■内容

- ▷ 歯科保健表彰式(②10:00～)
- ▷ 各種イベント(①9:00～12:00)
アップルレディース、バルーンアーティストおかP、祝い餅つき振舞隊など
- ▷ 各コーナー(①9:00～12:00)
お薬相談、栄養相談、肺機能測定、体力測定、健康相談、ハンドマッサージ、かるしおメニュー試食など
- ▷ 脱!!脳卒中寸劇(③13:00～)
- ▷ 講演会(③13:30～)
演題…己抄呼～Misako～の笑う体操!
講師…健康アーティスト
己抄呼～Misako～さん

今後のがん検診の日程

検診名	対象年齢(※)	日程
胃がん検診	35歳以上	11月5日(日) ※受付時間 6:30～9:00
肝・胆・腎超音波検診	40歳以上	11月5日(日)、25日(土)
大腸がん検診	40歳以上	11月25日(土) ※受付時間 9:00～10:30 13:00～14:00
子宮頸がん検診	20歳以上の女性で昨年検診を受けていない人	
乳がん検診	40歳以上の女性で昨年検診を受けていない人	
乳房超音波検診	30～39歳の女性	

※対象年齢は平成29年12月31日現在です。

「高齢者総合相談センターひらいずみ」 の業務委託法人が決まりました

11月1日から、一関地区広域行政組合から委託を受け、高齢者総合相談センターひらいずみ(地域包括支援センター)の運営を医療法人三秋会が行います。高齢者総合相談センターは、高齢者が住みなれた地域で暮らし続けることができるよう高齢者の身近な相談窓口として、看護師、社会福祉士、主任介護支援専門員(ケアマネジャー)の資格を持つ職員が高齢者の支援を行います。

■問い合わせ先

高齢者総合相談センターひらいずみ ☎34-4601
平泉町平泉字志羅山8番地8
(JR平泉駅から旧国道4号線に向かっの交差点付近)

むし歯のない 3歳児



ちば かほ
千葉 華穂ちゃん

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。

付き添いの保護者から、むし歯ゼロへの取り組みなどをお聞きしました。

「夜は仕上げ磨きをして、飲み物は牛乳とお茶にしています」



身近なもので遊んでみよう

■ふろしきを使った遊び

1枚の正方形の布。たったそれだけです。アイデア次第ではさまざまな遊びに変身します。そんな万能のふろしき遊びについて紹介します。

「いないいないばあ」
顔を隠したり、出したり、大人の表情をよく見て楽しみます。

「ままごと遊び」
お弁当を包む、人形をおんぶする、腰に巻いてスカートにするなど、ままごと遊びに最適です。

「全身で遊ぶ」
ふろしきの四隅を合わせ、上下させたりトンネルにしたりして遊ぶこともできます。

ロープと洗濯バサミがあれば、空間を仕切ることもできます。



みんなの広場10月ふろしき遊びの様子

ふろしきがないときには、シーツや大判のハンカチでもできます。ぜひ家庭にあるもので遊んでみてください。

11月の予定

- ◎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
- ◎みんなの広場・給食試食会
「おいしく食べて元気な体を作ろう」 8日(水)
※参加申し込みが必要です。
- ◎のびのびクラブ
「園庭で遊ぼう」 22日(水)
- 問い合わせ先
子育て支援センター
(平泉保育所内) ☎46-2767

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…11月2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。家族の交流なども行っています。
■日時…11月6日(月)、20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)

骨髄バンクドナー登録、血液検査 (事前予約必要)

■日時…11月14日(火)
※骨髄バンクドナー登録 9:00～9:30
※血液検査(HIVなど) 11:00～12:00
■場所…一関保健所(一関地区合同庁舎内)
■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
▷ 性器クラミジア抗体検査 ※尿検査になります。
■検査料金…無料