

受けましよう がん検診

9月は「がん征圧月間」

日本では、がんが原因で亡くなる人が増え続けており、死因第1位の状況が続いています。
日本人が生涯でがんにかかる割合も2人に1人となっております。「万が一」ではなくなっています。早期発見、早期治療により日常生活を続けていける可能性も高くなっています。がんから大切な命を守るために、定期的ながん検診を受けましょう。また、検診の結果「要精密検査」との結果が出た場合には、病気の早期発見

見の機会を逃さないためにも、精密検査の指示があったときには必ず受けましよう。
がんを予防するには、日頃の生活習慣が大切です。がんを防ぐための新12カ条を参考に健康的な生活を心掛けましよう。(表1)

早期発見につながる検診

近年、若い女性に「乳がん」「子宮がん」が増えている状況です。がんの多くは高齢になるほど発症リスクは高くなりますが、女性特有の乳がん、子宮がんは20歳〜40歳代で増えている傾向にあります。
平泉町のここ数年の乳がん検診の結果の状況を見ると50歳〜60歳代で乳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検診を受けることをお勧めします。

■乳がん検診

町では、40歳代の女性を対象に乳房X線検査と乳房超音波検査の併用を実施しています。50歳以上の女性については乳房X線検査となります。40歳を過ぎたら2年に1回の定期検診とセルフチェックを欠かさずに行いましょう。

また、町では30歳代の人を対象に乳房超音波検査を実施しています。乳がん検診は40歳以上が対象ですが30歳代でも検診できる機会がありますので若い世代の人も受診をお勧めします。

■子宮頸がん検診

20歳以上の人を対象に実施しています。検査内容は子宮頸部の細胞を

ブラシやヘラでこすりとって調べる検査です。初期の子宮頸がんは、自覚症状がありません。20歳を過ぎたら、2年に1回検診を受けましよう。

町の子宮頸がん検診の受診者を年齢別にみると20歳〜40歳代の受診が少ない状況です。病院や職場で受ける機会がない人は町の検診を受けることをお勧めします。

■無料クーポン券を活用しよう

「乳がん検診無料クーポン」「子宮頸がん検診無料クーポン」の対象者にはお知らせしているところです。この機会にぜひ受けるようお勧めします。

毎週金曜日は大腸がん検診の日

大腸がんは、食生活の変化などにより年々増え続けており、2017年の全国の部位別死亡者数の状況を見ると男性は第2位、女性では第1位となっています。

昨年度まで地区を回っていましたが、今年度は、毎週金曜日を大腸がん検診の日とし、採便容器の回収を行います。便を2日間採り、容器を提出して検診は終わりです。便は回収日の金曜日を含めて4日前から採ることが出来ます。ご自分の体調に合わせて、便を採り回収日に提出ましよう。

がん検診の追加日程

▽胃がん検診・肝胆超音波検診
11月10日(日)

第1条	たばこは吸わない
第2条	他人のたばこの煙を避ける
第3条	お酒はほどほどに
第4条	バランスの取れた食生活を
第5条	塩辛い食品は控えめに
第6条	野菜や果物は不足にならないように
第7条	適度に運動
第8条	適切な体重維持
第9条	ウイルスや細菌の感染予防と治療
第10条	定期的ながん検診を
第11条	身体の異常に気が付いたらすぐに受診を
第12条	正しいがん情報ががんを知ることから

乳がん検診・子宮頸がん検診の日程

日程	受付時間	会場
9月24日(火)	9:00~10:30	長島体育館
	13:00~14:00	保健センター
9月25日(水)	9:00~10:30	保健センター
	13:00~14:00	保健センター
11月16日(土)	9:00~10:30	保健センター
	13:00~14:00	保健センター

※昨年度より日程が1日減っています。検診を受ける際には時間に余裕を持ってお越しください。
※乳がん検診・子宮頸がん検診の同日に骨粗鬆症検診も併せて実施しています。

大腸がん検診の日程

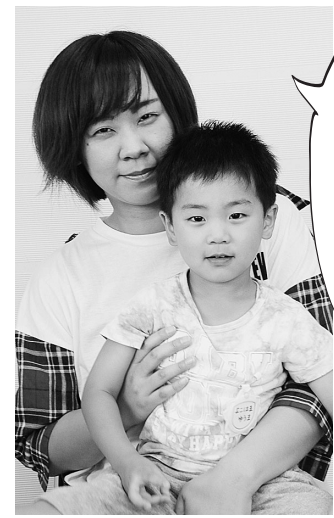
日程	受付時間	会場
9月6日(金)	9:30~11:00	保健センター
	13:30~15:00	
9月13日(金)	9:30~11:00	保健センター
	13:30~15:00	
9月20日(金)	9:30~11:00	長島公民館
	13:30~15:00	
9月27日(金)	9:30~11:00	保健センター
	13:30~15:00	
11月16日(土)	9:00~10:30	保健センター
	13:00~14:00	

夜の仕上げ磨きの後はキシリトールタブレットをあげています



こいわ かなと
小岩 奏斗くん

寝る前の仕上げ磨きをしっかりとやっています



よこはま ゆうま
横浜 夕雅くん



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。保護者から、むし歯ゼロへの取り組みなどをお聞きました。

子育ての広場

Family Corner

子育て支援センターで開催されている各活動や子育てに役立つ情報をお届けします。

子育て支援センター利用者の声

8月の「のびのびのびクラブ」に参加した鈴木陽和ちゃん(2歳)とお母さんの亜由美さんに話を伺いました。

Q 利用はいつからですか。
A 本年度からです。

Q お子さんが最近夢中になっていることは何ですか？
A 紙を破く遊びや水遊びにはまっています。大人の真似が大好きで、たくさんお手伝いをしてくれます。

Q 利用した感想は？
A 家庭ではできないことに取り組めることや同年代の友達との関わりが良い経験となっています。お兄ちゃんの時から参加しているので子育てについてさまざまな視点から学ぶことができ勉強になっています。



陽和ちゃん親子

Q 今後活動の中で取り組みたいことはありますか？
A 季節に合わせた活動があり、充実していると感じます。多くの人が参加したくなる活動を取り入れてほしいです。

9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
- ◎のびのびクラブ
「お店やさん」 6日(金)
- ◎参加申込期限 5日(木)
- ◎みんなの広場 「さんぽをしよう」
- ◎給食試食会 17日(火)
- ◎参加申込期限 12日(木)
- ◎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…10月3日(木) 13:30~15:30
■場所…一関地区合同庁舎千厩分庁舎
■申込期限…9月27日(金)

フリースペースひだまり(事前予約必要)
ひきこもりで悩んでいる人などが利用できます。
■日時…9月2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…9月10日(火)
※骨髄バンクドナー登録 9:00~10:00
※血液検査(HIVなど) 10:00~11:30
■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