

『がん検診、早いこと受けとこあで！』

～ 年に一度の健康チェックがあなたの生活設計を守ります ～

8月から子宮がん・乳がんの検診が始まります。がん検診は、がんの予防・早期発見、そして早期治療に役立ちます。受診までの流れはとても簡単。受診券を持参し受付時間内に会場へ。自己負担金、健康手帳もお忘れなく。皆さん、この機会にがん検診を受けましょう。



【対象となる人】 子宮頸部がん検診：20歳以上の人（自己負担金400円）

HPV検査：30歳～39歳まで（無料）

乳がん検診：40歳以上で昨年未受診の人

（自己負担金：50歳以上（1方向）400円、49歳以下（2方向）500円）

※受診券に済の印が付いている人は昨年受診した人です。今年度も受診を希望する人は、町健康福祉センターまでご連絡ください。

【検査の内容】 子宮頸部がん検診：細胞診 / HPV検査：ウイルス検査、子宮頸部がんと同時に実施
乳がん検診：マンモグラフィー検査のみ（視触診は行いません）

【子宮がん・乳がん検診日程表】 午前の部：8時30分～9時30分 / 午後の部：1時30分～2時30分

実施日	会場	対象地区	
8月25日（金）	山村開発センター	午前	根雨4・5・6区
		午後	根雨2・3区、津地、下榎2区、上本郷、下本郷、榎市、小原、別所
9月8日（金）	町公民館	午前	下黒坂、根妻、下菅、中菅、中菅中央、近江、畑、小河内、布瀬谷、下上菅、中上菅、上上菅、井ノ原、諏訪、漆原、下福長
		午後	黒坂1・2・3・4・5・6・7区、久住
9月20日（水）	山村開発センター	午前	三谷1・2区、貝原、舟場、野田、安原、下榎1区
		午後	根雨1区、高尾、後谷、金持、板井原、濁谷、門谷、秋縄、三土
10月29日（日）	山村開発センター	午後	※補足日（事前予約が必要です）

◆子宮がん検診は日野病院でも受診できます。事前の予約が必要ですので、希望する人は日野病院までお問合せください。（電話 72-0351、平日のみ受付、自己負担金 700 円）

【問合せ】 町健康福祉センター（役場健康福祉課内） 電話 72-1852

健康習慣を見直そう！

町では、壮年期を迎えた人を対象に、健康習慣アンケートを行いました。その結果を紹介します。

（対象者／回答率） 男性：499人／103人（20.6%）、女性：452人／135人（29.9%）

【結果について】

- ・喫煙習慣は男性27.3%、女性7.7%（国民栄養調査と比べ低率）
- ・飲酒習慣は男性50.0%、女性16.5%（国民栄養調査と比べ高率）
- ・男性の隠れ更年期（加齢男性性腺機能低下症候群）は、軽度34.3%、中程度25.3%、重度18.2%
気になる症状（疲れ、不眠、行動力の低下、ちょい漏れなど）が出ている人は泌尿器科に相談・診察を受けると良いでしょう。

【「ちょい漏れ」を予防しましょう】

- ・女性の42人（35%）が腹圧性尿失禁（ちょい漏れ）の自覚あり。
強い腹圧がかかるような動作をした時（せき、くしゃみ、笑う）、尿が漏れてしまう症状です。そんな症状で困っている人へ、今年度は「骨盤底筋を鍛えるエクササイズ指導」を検診に合わせて行います。ぜひ、体験してみてください。



日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

女性が一番かかりやすいがん。しかし治る病気

先日、元アナウンサーの小林麻央さんが乳がんのため34歳の若さで亡くなられました。まだ小さな子を残していくのは無念だったと思います。また、元キャンディーズの田中好子さんは19年もの長い間、乳がんの治療をしていたそうです。以前にも書きましたが女性で最も罹患率の高いがんは乳がんです。毎年9万人の女性が乳がんになっていきます。しかし、亡くなる患者さんは年1万4千人です。早期に発見し治療を受ければ治るがんです。

早期発見が唯一の方策

乳がんがほかのものと大きく異なるのは若い人でも発症し、50歳前後がピークになることです。子育てのまつ最中に発症するのは本人にとっても家族にとっても大変な衝撃です。では、どうすればいいでしょうか。乳がんの発症を予防する方法はありません。検診を受けて早期に発見するのが、唯一の方策です。

検診にはマンモグラフィや超音波検査が用いられます。自己触診は自分で月一回ぐらいチェックするのはいいですが、あくまで検診の補助とすべきで、これをしていないから検診を受けない理由にはなりません。

日本での乳がん罹患のピークは40代後半です。40歳になれば毎年検診を受けましょう。血縁に乳がん

の患者さんがいる場合は30歳から受けましょう。

マンモグラフィの放射線被ばくを心配する方がいますが、被ばく量は少なくあまり心配はありません。それでもといわれるのであれば超音波検査を受けてください。将来的には超音波が検診の中心になると思われれます。

家族の悲しむ姿を想像して。検診を受けましょう

これらの検診を受けなければ、早期に発見することができません。胸を出すのは恥ずかしいと思うかもしれませんが、家族の悲しむ顔を考えれば大きな問題ではないはずで、検診を受けない言い訳を探すのではなく、検診を受けられるよう日程の調整に務めてください。小林麻央さんや田中好子さんが残していった警告を無駄にしないようにしましょう。

LOGO MARK
Review!

**日野病院の
ロゴマークが
決定しました！**

この度、日野病院のロゴマークを募集したところ、遠くは埼玉、東京、福岡など全国各地から75件の応募をいただきました。

厳正なる審査を行った結果、「ひの」という文字に、おしどりと日野川の水面をイメージしました」という勝瀬友浩さん（日野町根雨）の作品が日野病院のロゴマークに決まりました。

ご応募いただきました皆さまには、この場を借りてお礼申し上げます。たくさんのご応募ありがとうございました。

【問合せ】日野病院（電話 72-0351）

