

# 『がん検診受診率向上キャンペーン』にご協力ありがとうございました



これまで鳥取県や日野町では、がんの死亡率が高かったため、検診の受診で早期発見・早期治療してもらい、がんによる死亡を減らそうと、平成 24 年度から『がん検診受診率向上キャンペーン』を行っています。今年度も検診シーズンである春から秋に行った取り組みの様子と結果をお知らせします。

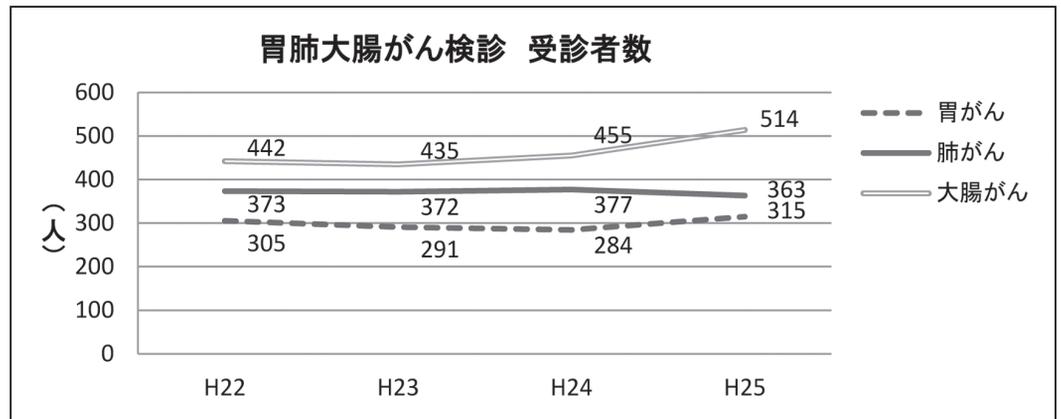
## ●グッズやポスター、のぼり旗などを作成・配布し、検診への受診を呼びかけました

今年度もキャンペーングッズを作成し、地域に出かけて配ったほか、自治会の集会所や公共施設にポスター・のぼり旗を設置していただいたり、町営バスや町の公用車にマグネットシートを貼って、積極的な受診を呼びかけました。

【配布場所】 保険証更新の地区巡回、狂犬病予防接種の地区巡回、日野病院、ひのっこ保育所、町主催の催しや健康教室、まるごう、コメリ など



▶各事業所、自治会をはじめ、ご協力いただきました皆さま、大変お世話になりました。ありがとうございました。今年度のがん検診受診者数は次のとおりです。



▶昨年度と比較すると、胃がんと大腸がん検診の受診者が 1 割以上増加しました。肺がん検診の受診者は減少傾向です。検診の受診で、早期のがんが発見され適切に治療された人もいます。自分のため、職場のため、何より大切な家族のために検診を受け、自分の健康管理にぜひ努めてください。

## ●来年度も春から検診を予定しています

毎年受けている人はもちろんのこと、今年受けることができなかった人、検診をまったく受けたことがない人も、ぜひ来年度は積極的にがん検診を受診しましょう。会場でお待ちしています。

がん検診について詳しくは、町健康福祉センター（電話 72-1852）までお問合せください。

### 保健師のひと言

#### 〈がんを防ぐ新 12 カ条〉 第 8 条 適切な体重維持

肥満はもちろんのこと、やせすぎも免疫力が弱まるため、あまりよくありません。

自分の体重が適正かどうか BMI で調べてみましょう。BMI (Body Mass Index) とは、身長から見た体重の割合を示す体格指数 (肥満度) です。

【計算式】 BMI = 体重 [kg] ÷ (身長 [m] × 身長 [m])

中高年期男性の BMI : 21 ~ 27 (適正指数) / 中高年期女性の BMI : 19 ~ 25 (適正指数)





陽の光をいっぱいあびて、のびのび元気できらいとかがやく子に

日野町子育て支援室

# おひさまひろば だより

【申込み・問合せ】

▶ひのっこ保育所(電話 72-0238)

▶教育委員会(電話 72-2107)

## 子育て真っ最中のお父さんお母さん、ご家族を応援します！

★親子の集いの場です。多くの人と関わり、一緒に遊んだりお話ししたりして楽しく子育てしましょう。

★安心して子育てができるように子育てに関する情報を提供します。何でも気軽にご相談ください。

《開設日》 毎週水曜日～金曜日 午前9時～午後2時

●午前11時30分には昼食の準備をします。午後参加する人は、お弁当・お茶を準備してください。

●現在、対象者は32人です。保育所に入所していない子どもたちのほか、里帰りの人もどうぞ遊びに来てください。60人の子育て先輩ボランティアのサポートもあります。(ボランティアさん随時募集中！)

## アートスタート全国フォーラムに参加して (11月16日・17日、米子市淀江文化センター)

おひざのうえ  
2013



鳥取県でアートスタートの取り組みが始まって12年。日野町でも人形劇、わらべうた、歌のコンサート、ボディパーカッションなど、さまざまなアートスタートに取り組んできました。親子で安心して共に過ごし心動かす時間は、心が通じ合えたり、そのふれあいと温もりは親子関係を安定させ、穏やかな気持ちで子どもを見守り、子育ての楽しさを実感する場であると改めて感じました。アートスタートに出会い、“おひざのうえ”で響かせ合った喜びは、時を経ても心の奥底に残ります。赤ちゃんたちの見る力、聞く力、感じる力に驚かされます。言葉を持たない幼い人たちにこそ“ホンモノ”と出会わせる大切さを、脳科学者でもある小泉英明さんも話されました。

### 1月のテーマ

### 冬の生活 ～生活リズムを整え、元気に過ごそう～

寒さが増し、体調を崩しやすくなる季節です。まだ午前中寝の赤ちゃんもおられますが、しっかりと食べて、遊び・休息・睡眠のバランスを崩さないよう生活リズムを整え、この冬を元気に過ごしましょう。また、地域行事に参加し、地域の人との出会いを大切にしましょう。

### 1月の予定

#### 8日(水) おひさまひろばを開設します

今月は、昔から伝わるお正月遊びを楽しみましょう。親子やみんなで遊ぶ中、人とかがわる楽しさや優しさに触れ、昔ながらの遊びの良さを知ってほしいと思います。かるた・福笑い・コマ回し・凧揚げなどを体験しましょう。

#### 15日(水) 図書館からのおはなし会 (10:30～11:00)

絵本の読み聞かせ、手遊びやわらべうた、紙芝居など、冬を感じる内容が盛りだくさんです。

#### 16日(木) おでかけおひさまひろば (町公民館)

お昼は、白菜たっぷり餃子入り中華スープを作って食べます。14日(火)までに申し込んでください。(食材費300円を集合します)

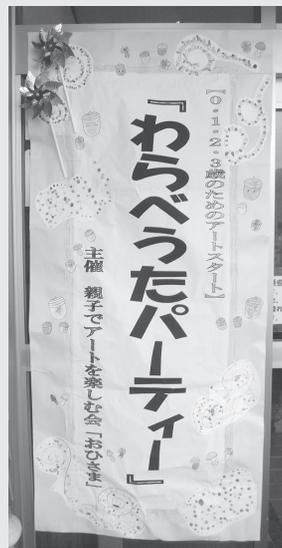
#### 23日(木) 1月生まれの誕生会 (10:30～11:30)

#### 24日(金) レッツダンス (10:00～11:00)

保育所のお友達と一緒に遊戯室でダンスをします。

#### 28日(火) 保育所入所説明会 (受付: 12:30～13:00)

### 日野町で開いた “わらべうたパーティー”



手作りの看板

多くの子どもたち、大人と一緒に心地よい時間を過ごしました。“おひざのうえ”の子どもたちは、膝の温もりを感じながら満面の笑顔で見えていました。



心地よいリズムと優しい歌声を披露



背景は大山。故郷を感じながら観賞