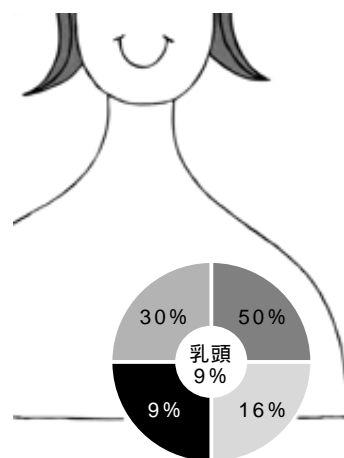


保健だより

乳がん検診・子宮がん検診がかわります

定期検診で早期発見



増えている乳がん
わが国では年間約4万人の女性が乳がんにかかると推定されており、年間1万人近い女性が乳がんで亡くなっています。そしてこの死亡数はこの40年間で5倍に増加しています！今後更に増加することが予想され定期検診が重要です。乳がんになりやすい人
・家族・祖母・母・姉妹が乳がんにかかったことがある
・初産年齢が遅い(30歳以上) または出産歴がない
・初潮が早く(11歳以下)、閉経が遅い(55歳以上)
・閉経後の肥満
・長期間ホルモン補充療法(更年期障害治療)を受けている人
乳がんのできやすい場所
外側上部に多くみられます。

これまでの乳がん検診
これまでの検診は専門医による問診・視診・触診が中心でした。2000年に改定された厚生省の指針で50歳以上の方にマンモグラフィーが導入されることになり、当町も原則として50歳以上の方で希望者にはマンモグラフィーを実施してまいりました。
変わる乳がん検診
前述したように、乳がん患者が増加しており、いかに早期にがんを発見するかが大きな課題となります。発症者は40〜50代に多いと言われていました。検診方法として視触診単独では現在の段階では死亡率減少効果が少ないといわれており、マンモグラフィーの有効性が示されているところです。マンモグラフィーを使った場合、発見されるがんの7割以上が早期がんです(視触診では4割)。早期がんの場合、十年生存率は90%以上といわれています。
そこで今年度より、マンモグラフィーの対象者をひろげ、検診をより有効なものにしていくことを考えています。
40歳以上の方は視触診とマン

国の検診指針が変わり乳がん検診では40歳以上の方は視触診と乳房X線検査(マンモグラフィー)の併用検診に、子宮がん検診が対象者が30歳から20歳以上に引き下げられます。広報3月号の子宮がん検診につき、今月は乳がん検診について解説します。

マンモグラフィーの併用検診をお勧めしていきます。
30代の検診について
30代は乳腺が最も発達している時期で乳腺密度が高くマンモグラフィーによる診断が難しいとされています。従って視触診のみの検診となり、国の視診では30代は対象外となります。視触診検診のみでは死亡率減少効果が少ないためです。



③あおむけに寝て、右の乳房を調べるときは右肩の下に座布団か薄い枕を敷き、乳房が胸の上に平均に広がるようにします。
④乳房の内側半分を調べるには、右腕を頭のうしろに上げ、左手の指の腹でまんべんなく、軽く圧迫して、ていねいに触る。



⑤外側半分を調べるには、右腕を自然の位置に下げ、左手の指の腹でまんべんなく、軽く圧迫して、ていねいに触れてみます。最後にわきの下に手を入れて、シコリがあるかどうか触れてみます。
⑦同じ要領で左の乳房を検査します。
⑧最後に左右の乳房を軽くつまみ、乳をしぼり出すようにして、血のような異常な分泌物が出ないかを調べます。

子宮・乳がんの検診日程

「集団検診」
7月20日(火)保健福祉センター
10月27日(水)平成17年1月21日(金)旭川がん検診センターにバスで移動します。

「個別検診」
個別で旭川がん検診センターで受けることができます。事前に申込みが必要です。日程が近くなりましたら詳細について周知します。不明な点などお気軽にお問い合わせください。

後の人は毎月、日を決めて行います。

子宮がん・乳がん検診のお知らせ

実施日 7月20日(火)
受付時間 (午前の部)子宮がん 午前9時～午前9時30分
乳がん 午前9時30分～午前10時
(午後の部)子宮がん・乳がん 午後12時30分～午後1時

会場 保健福祉センター
対象者 子宮がん...20歳以上の女性
乳がん.....30歳以上の女性
(40歳以上の方はX線検査と併用でお申し込みください。)
料金 子宮がん 1,500円 超音波 500円
子宮体部 1,000円(必要な方のみ)
乳がん 1,000円 X線検査 1,000円
申込方法 各行政区の主婦の会委員から配付されますチラシの申込書に必要事項を記入し、保健福祉課まで申し込みください。
申込期間 6月28日(月)～7月9日(金)

厚生病院ミニドックのお知らせ

実施日 7月5日(月)～7日(水)3日間
受付時間 午前7時～午前9時
会場 保健福祉センター
対象者 40歳以上の町民(今年度40歳になる方も該当)
検査項目 胸部X線検査・血圧測定・心電図検査・胃バリウム検査・便検査・尿検査・身長・体重・体脂肪測定
料金 基本料金 6,000円
国民健康保険加入者 4,500円
農協正組合員およびその家族 4,500円
国民健康保険加入者で農協正組合員及びその家族 3,000円
申込期間 6月14日(月)～7月9日(金)まで
申込方法 各行政区の主婦の会委員から配布されますチラシの申込書に必要事項を記入し、保健福祉課まで申し込みください。

「はぐみ教室(乳幼児歯科・栄養懇談会)」のお知らせ

乳歯といえども放っておくと虫歯になります。みなさんで普段のお子さんの様子や食・歯など、困っていることを出し合いながら、深めていきませんか?
テーマ 「お母さんはうちの歯医者さん」
対象者 概ね1才～3才児のお子さんを持つお母さん
とき 7月8日(木)午前10時～午前11時30分
ところ 子育て支援センター
申し込み・お問い合わせ 役場保健師・栄養士に7月2日(金)までにお申し込みください。 ☎82-2111

移動献血車が来町します

次の日程で移動献血車が来町しますので、ご協力をお願いします

実施日	場所	時間
6月25日(金)	JA東川事務所前	9:30～11:30
	忠別ダムJV前	12:00～13:00
	役場庁舎前	14:30～16:30

6月
Jun

保健カレンダー

お問い合わせ 保健福祉課保健指導係

- 【6月分】
- 3日(木) 親子ふれあい教室(予約制)...10:00～11:30
 - 4日(金) もくもく教室(申込制)...13:00～14:00
乳幼児健診.....13:30～
(通知者以外は14:30～)
 - 8日(火) リハビリ教室.....11:30～14:30
 - 9日(水) リハビリ教室(理学療法士による指導)(予約制)
 - 10日(木) 親子ふれあい教室(予約制)...10:00～11:30
乳幼児予防接種
三種混合 13:45～14:15
麻しん 14:45～15:00
風しん 15:30～15:45
 - 17日(木) 親子ふれあい教室(予約制)...10:00～11:30
BCG接種.....13:45～14:15
 - 22日(火) リハビリ教室.....11:30～14:30
 - 23日(水) 栄養教室(基礎編)(申込制)...10:00～12:00
 - 24日(木) 3歳児健診.....12:45～13:15
 - 25日(金) 移動献血車来町
 - 28日(月) 子育て相談(予約制)
 - 29日(火) 栄養教室(応用編)(申込制)...9:30～12:30
- ※会場は保健福祉センターです！
地域子育て支援センター
親子遊びの体験教室(予約制)
- 4日(金) テーマ「1歳児さん散歩」...10:00～11:30
 - 11日(金) テーマ「2歳児さん散歩」...10:00～11:30
 - 18日(金) テーマ「3歳児さん散歩」...10:00～11:30
遊びの広場(毎週月・火・水曜日プレイルーム開放)...9:00～12:00
 - 1日(火)・2日(水)・7日(月)・8日(火)・9日(水)・14日(月)・15日(火)
16日(水)・21日(月)・22日(火)・23日(水)・28日(月)・29日(火)
30日(水)
会場は幼児センターです！
申込み・お問い合わせ 東川町地域子育て支援センター ☎82-5100

- 【7月分】
- 2日(金) ごっくん教室 13日(木) リハビリ教室
 - 乳幼児健診 20日(木) 子宮・乳がん検診
 - 5日(月)～7日(水) 21日(木) 栄養教室(応用編)
 - 厚生病院ミニドック 22日(金) 乳幼児予防接種
 - 7日(木) 幼児歯科教室 26日(水) 子育て相談
 - 9日(金) 介護教室 27日(木) リハビリ教室
 - 12日(月)～15日(木) 結核・肺がん検診