

保健だより

町では、7月に子宮がん・乳がんの集団検診、10月・1月には旭川がんセンターでの送迎検診の実施、また随時個別検診（旭川がんセンターでの検診）を受け付けています。が、他の市町村に比べて子宮がん検診の受診率が低いという実状があります。そこで、今回は子宮がんや検診（主に頸部がん検診）について詳しく触れます。羞恥心の伴う検診ではありますが命には代えられません。今まで受けたことがないという方は、ぜひ検診を受けましょう！

子宮がんには頸部がん・体部がんの2種類がある

子宮がんには、大きく分けて子宮の下方の膣につながる部位にできる子宮頸部がん、子宮上方の球形にふくらむ体部にできる子宮体部がんの2種類があります。同じ子宮に発症しますが、がんを引き起こす危険因子やがんにかかる年齢、症状、組織像、進行の仕方など、性質に違いがあります。

頸部がん

30歳代～40歳代が多い（10万人あたり30～40人）
40歳以上では年々減っているが、20歳代から30歳代では逆に増えています。
1年間に約7,000人が診断され、2,000人が亡くなっています。

体部がん

50歳代～60歳代が多い（10万人あたり15～20人）
以前は少なかったが、全ての年齢層で年々増えています。
1年間で約5,000人が診断

初期段階では自覚症状がほとんどありません。

進行すると性交時の出血、月経以外の不正出血、普段とちがうおりものが増える、など。

体部がん

初期段階の症状として不正出血があらわれる。進行すると性交時血性帯下、褐色帯下の増加、下腹部の痛み、など。



頸部がん

～どんな人がなりやすい？～
ヒトパピローマウイルス（HPV）：性交渉で感染するウイルス

ス）感染したら必ず発症するわけではなく、8割は自然治癒、残りの2割の人達が10年程の持続感染の後発がん（と強い関係がある。妊娠・出産回数が多いほどなりやすい）喫煙者はリスクが高くなっています。

体部がん

閉経以降にリスクが高くなる。また、ホルモン補充療法を受けたら、子宮内膜増殖症がある方、また不規則な月経の方、無月経や排卵異常のある方などとなりやすいといわれています。肥満、高血圧、糖尿病のある方はリスクが高くなっています。

頸部がん

頸部がんには検診が非常に有効で、検診による早期発見、早期治療で、進行がんを防ぎ死亡を減らす効果が証明されています。欧米では受診率が高く、例えばアメリカでは18歳以上の女性の86%が過去3年以内に1回以上検診を受けています。一方日本では過去1年以内に受けた女性は15%足らずにとどまっています。

当町においても、受診率は10%を割る現状があります。平成16年度から検診対象者が20歳以上の方に拡大される

検診の流れ
問診 妊娠及び分娩歴 月経の状況 症状の有無など
視診 陰鏡という器具を挿入して、子宮頸部の状況を直接観察します。

細胞診 子宮頸部の細胞を綿棒などでこすり取って顕微鏡で調べる。痛みはほとんどありません。時に少量の出血がみられることがあります。

頸部がん

内診 膣内診とお腹を押し、その触診で子宮の大きさや硬さ、卵巣腫瘍の有無、痛みがどこにあるかなどを診察します。

体部がん

検査結果から精密検査が必要と診断されたら、拡大鏡による検査、組織診などの精密検査が行なわれます。現在検診で見られるがんの60%以上は、粘膜の表面のごく一部だけにとどまる早期がん、その大半は子宮を温存した治療が可能です。

今後の検診日程
町では、乳がん検診との抱き合わせ検診を行っています。

送迎検診
近づきましたらチラシ、広報等で周知します。
平成17年10月26日（水）
平成18年1月30日（月）

親子ふれあい教室のお知らせ(第2クール)

今年度の親子ふれあい教室2クール目を開催します。お子さんとお母さんが一緒に遊びを体験する教室です。体いっぱい使った遊び、手先を使った遊び、絵本の読み聞かせetc.「遊び」体験から、少しずつその子らしい成長が見えてきます。

お子さんとお母さんが元気に楽しく、そして、親子、子供同士、親同士のふれあいを大切にしている場です。どうぞ参加ください。
対象 概ね1歳6カ月～2歳児のお子さんとお母さん
日程 10月6日(木)・10月13日(木)・10月20日(木)・11月10日(木)
時間 午前10時～11時30分
場所 保健福祉センター1階集団検診室
申込み・お問い合わせ 役場保健師へ10月5日(水)までにお申込みください。(☎82-2111)

子育て支援センターよちよち教室のお知らせ

乳児のお子さんが安心して遊べる場所はないかと、お考えのみなさん親子で楽しく遊びながら、お友達をつくりませんか？0歳児対象の親子遊びの教室ですが、お兄ちゃんやお姉ちゃんも一緒に参加できます。

対象 0歳児のお子さんとお母さん
日時 9月30日(金)午前10時～11時30分
内容 赤ちゃん体操、親子遊び、おもちゃづくり
福田洋子さんを囲んで「絵本」についての交流会も予定しています。
場所 幼児センター内子育て支援センター プレイルーム
参加人数 10組程度(事前に予約が必要です。)
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

はつらつ料理教室のおしらせ

「簡単にできる！バランスのとれた食事」をテーマに65歳以上の1人暮らし、または夫婦のみの世帯の方を対象に料理教室を開催します。

食べることは毎日のことで、つい面倒になりがちですが、健康な体を保つには「食べ物」がとても大切です。簡単で美味しい料理を一緒に作りませんか？
対象 65歳以上のひとり暮らしまたは65歳以上の夫婦のみの世帯
日時 9月16日(金)午前10時～午後1時
場所 保健福祉センター(健康学習室・栄養指導室)
内容 調理実習と試食・講話
持ち物 筆記道具、エプロン、三角巾(材料費の1部として参加負担金を1人100円徴収します。)
申込み・お問い合わせ 役場栄養士まで(☎82-2111)



保健カレンダー

お問い合わせ 保健福祉課保健指導係

【9月分】

- 1日(木)～2日(金) 成人病検診 9:00～11:30
- 6日(火) リハビリ教室 11:00～14:30
- 8日(木) リハビリ教室 (理学療法士による指導) 予約制
- 9日(金) ごっくん教室 申込制 13:30～14:00
乳幼児健診 13:30～ (通知者以外は14:30～)
- 15日(木) 乳幼児予防接種日
三種混合 13:45～14:00
B C G 14:30～14:45
麻しん 15:15～15:30
風しん 16:00～16:15
- 16日(金) はつらつ料理教室 10:00～13:00
- 26日(月) 子育て相談 予約制
- 27日(火) リハビリ教室 11:00～14:30
- 28日(水) 1歳6カ月児健診 12:30～
- 29日(木) 栄養教室(基礎編) 10:00～12:00
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
- 2日(金) テーマ「3・4歳児さん 絵の具遊び」...10:00～11:30
- 9日(金) テーマ「運動遊び」.....10:00～11:30
- <遊びの広場>(毎月・火・水曜日プレイルーム開放)...9:00～12:00
- 5日(月)・6日(火)・7日(水)・12日(月)・13日(火)・14日(水)・20日(火)・21日(水)・26日(月)・27日(水)・28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

【10月分】

- 4日(火) リハビリ教室
- 5日(水) 介護教室
- 6日(木) 親子ふれあい教室
- 7日(金) もくもく教室
乳幼児健診
- 13日(木) 親子ふれあい教室
乳幼児予防接種日
- 18日(火) リハビリ教室 (理学療法士による指導)
- 20日(土) 親子ふれあい教室
- 20日(土)～21日(日) エキノコックス症検診
- 25日(火) リハビリ教室
- 26日(水) 子宮・乳がん検診
- 27日(木) 3歳児健診
- 28日(金) 栄養教室(基礎編)
- 31日(月) 子育て相談