

がん検診

がんの予防と早期発見のために

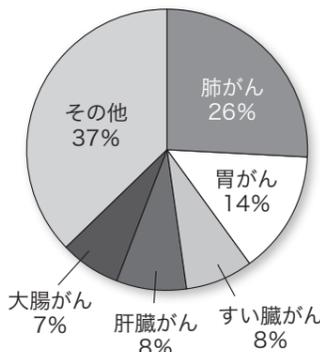
「悪性新生物(がん)」は、昭和56年(1981年)以降、ずっと日本人の死亡原因の1位になっています。

甲賀市でも平成20年の死因別原因は、全体の4分の1が悪性新生物(がん)であるにもかかわらず、市で実施する各種がん検診の受診率は低く、早期発見・早期治療の対策ができていないのが現状です。

また滋賀県のがん検診受診率も全国的にも低く、このほど地域と職場が連携した受診者増加に向けた県民運動が展開されることとなりました。

当市もがん検診の受診率を増加するための取り組みを進めなければなりません。

H20 悪性新生物(がん)部位別死亡状況



肺がん予防 最も大きな原因のひとつに「たばこ」があります。吸っている本人だけでなく、その煙を吸う周囲の人へも大きな影響があるといわれています。たばこの煙の中には強い発がん物質である「タール」が含まれています。

がんの中でも肺がんによる死亡が第1位

甲賀市の悪性新生物(がん)による死亡者は、肺がんが一番多くなっています。県内でも肺がん検診を実施している市町は数少ないなか、甲賀市では国の推奨する方法で肺がん検診を行っていますので、ぜひ受診してください。

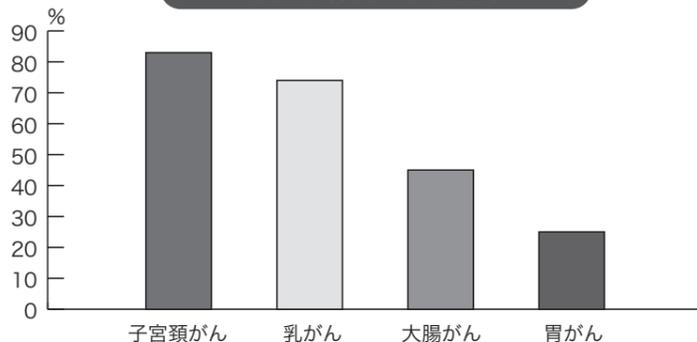
集団がん検診

8月下旬から後半の受付を開始

8月下旬から順次、後半の集団がん検診の受付を開始します。前半にがん検診を受診できなかった方は、この機会に受診してください。集団検診(保健センター)の受付は、検診カレンダー5〜12ページを、指定医療機関検診の受付は、14ページをご覧ください。今までに一度も受診していない又は4年以上検診を受診されていない方(初回受診者)は、がん発見率が高いという結果が出ています。

なお、検診は、症状がないから受けるものです。症状のある場合は病院で受診をお願いします。

初回受診者からのがん発見率



「H19滋賀県におけるがん検診実施状況：滋賀県」より

- 積極的に実行しましょう！
「がんにならない生活7か条」
- ① 定期的に適度な運動を
 - ② 塩分を取り過ぎない
 - ③ 太り過ぎない・やせすぎない
 - ④ 熱い飲食物は控える
 - ⑤ たばこは吸わない
 - ⑥ お酒はほどほどに
 - ⑦ 野菜・果物をしっかりとる
- 「多目的コホート研究の成果」
(厚生労働省研究班・2005年より)

第5回 滋賀在宅ホスピス緩和ケア研究会・市民公開講座のご案内

講演 **がんと向き合う**
—地域で支える—

〈講師〉 ケアタウン小平クリニック院長
山崎 章郎先生

〈座長〉 公立甲賀病院 緩和ケアチーム医師
瀬戸山 博先生

日時／9月20日(日)15:30~17:00(受付15:10~)
場所／あいこうか市民ホール
※申込不要。参加無料。どなたでもご参加ください。

問い合わせ 甲賀保健所 ☎ 63-6111

※検診カレンダーをお持ちでない方は、最寄りの保健センターまたは、各支所にありますのでご利用ください。

問い合わせ
保健介護課 ☎ 65-0703 ☎ 63-4085

【集団検診申し込み】
水口保健センター ☎ 62-5336 ☎ 63-5491
土山・甲賀保健センター ☎ 88-6556 ☎ 88-6557
甲南保健センター ☎ 86-5934 ☎ 86-5974
信楽保健センター ☎ 82-3113 ☎ 82-3138

地球にやさしい緑のカーテン

市役所でも栽培

日当たりのよい窓際に、つる性の植物を植えて日陰をつくる緑のカーテン。クーラーに頼らず夏を涼しく過ごすための取り組みとして、最近注目を集めています。

緑のカーテンを設置することで、室内が快適になり冷房の使用を抑えられ、二酸化炭素排出量削減にもつながります。

市の施設でも、ゴーヤとアサガオを植え、緑のカーテンを栽培しています。生ごみからの堆肥を使い、職員が持参した米のとぎ汁や食器の洗いの残り水で水やりをしてエコに取り組んでいます。

市民窓口センターでは、窓際を覆うように2階部分にまでツルを伸ばし、涼しげな彩りの花が来庁される皆さんを楽しませていきます。



▲市民窓口センターを覆う緑のカーテン

問い合わせ 生活環境課 環境政策担当
☎ 65-0692 ☎ 63-4582



熱中症は気温がそれほど高くない日でも、湿度が高いとき、風が弱いときや、急に暑くなったとき、体が暑さに慣れていないときは注意が必要です。特に乳幼児・高齢者は体温調節機能がうまく働かないことがあるため注意が必要です。日傘・帽子、涼しい服装、日陰を利用する、水分や休憩をこまめにとる、汗をかいたときは塩分補給も忘れない、などを心がけましょう。