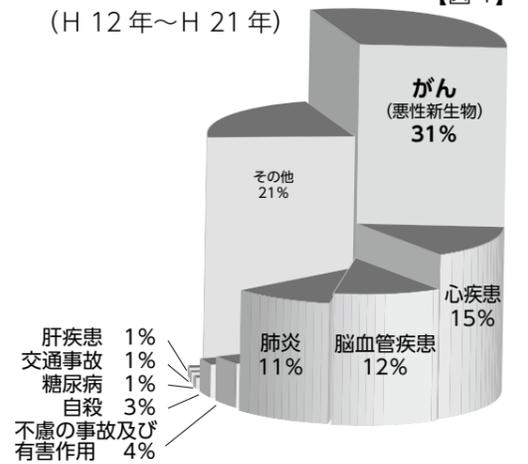


9月は「がん制圧月間」です！

高島市の死亡原因の第1位はがん（悪性新生物）です（図1）。そしてがんの部位別死亡割合（図2）をみてみると、男性では1位肺がん、2位胃がん、3位大腸がん、女性では1位胃がん、2位大腸がん、3位肺がんの順に多い現状があります。年齢別の死亡状況をみると、どのがんも40歳、50歳から徐々に増える傾向がありますが、乳がんや子宮がんでは、より若い年齢からの死亡もみられます。

【図1】
死因別死亡割合
(H12年～H21年)



【図2】
がん部位別死亡割合
(H12年～H21年)

性別	がん部位別死亡割合						
	肺	胃	大腸	肝	膵	乳	子宮
男性	27%	19%	11%	8%	7%	5%	24%
女性	16%	16%	11%	10%	7%	7%	3%
							その他 25%

9月のがん検診日程

《胃がん検診》
受付時間 8時30分～10時30分

月日	会場
9月12日(水)	安曇川世代交流センター
9月25日(火)	新旭保健センター

《乳がん検診》
受付時間 (午前) 9時～、10時～ (午後) 13時～、14時～

月日	会場	
	午前	午後
9月23日(日)	高島保健センター	新旭保健センター

これらのがんは早期に発見され、適切な治療により治る確率はかなり高くなるといわれています。そして早期発見のためには、自覚症状のない時期に、定期的ながん検診を受診することが最も有効です。

特に市が実施しているがん検診（胃がん検診、大腸がん検診、乳がん検診、子宮頸がん検診）は、死亡率の減少に有効であると認められています。年に一度（乳がん、子宮頸がん検診については2年に一度）はがん検診を受けてご自分の健康チェックをしてください。

「いつもと違う」症状があれば医療機関を受診しましょう！

検診を申し込んでいても、いつもと違う症状（胃であれば胃の痛み、胸やけ等）があれば検診を待たずに医療機関を受診してください。症状が進んでいる可能性があります。9月は、がん制圧月間です。定期的ながん検診を受診すること、がんを防ぐため、生活習慣を見直していきましょう。

【がんを防ぐための新12か条】

1. たばこは吸わない
2. 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
3. お酒はほどほどに
4. バランスのとれた食生活を
5. 塩辛い食品は控えめに
6. 野菜や果物は豊富に
7. 適度に運動
8. 適切な体重維持
9. ウイルスや細菌の感染予防と治療
10. 定期的ながん検診を
11. 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
12. 正しいがん情報でがんを知ることから

献血にご協力ください

9月14日(金)
10:00～11:30 マキノ保健センター
13:30～15:30 マキノ病院
※200ml、400mlの全血献血です。

9月1日から 市内医療機関でポリオ予防接種ができます

前月号でお知らせしましたとおり、9月からポリオ予防接種が集団接種から個別接種に変更になります。

高島市内で実施できる医療機関、新しいポリオワクチンの接種方法・回数については下記のとおりです。対象となるお子さんがおられる保護者の方は、直接医療機関にお申し込みのうえ接種してください。

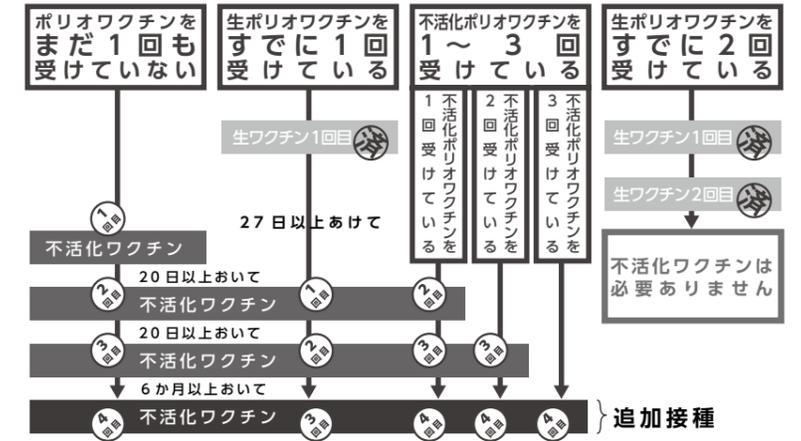
また、接種前に、市が作成した説明書（医療機関に置いてあります）をご覧ください。ワクチンの副反応や救済制度についてご承知いただいた上で接種をお願いします。

なお、9月1日以降、ワクチン供給量が一時的に不安定になることも予想されます。その場合、入荷時期により接種が遅れることがありますので、あらかじめご了承ください。

今回のワクチンはポリオのみですが、11月頃に四種混合ワクチン（ジフテリア+百日咳+破傷風+ポリオ）の導入を予定しています。しかし、四種混合が導入されるまでにお子さんが生後3か月になった場合は、四種混合の導入を待たずに、まず三種混合ワクチンを接種しましょう。

【対象者】
生後3か月から7歳6か月未満（接種日時）で、生ポリオワクチンの接種が2回未満の方

【接種回数】
図により、お子さんのポリオワクチン接種回数をご確認ください。
※ポリオワクチン接種歴は、母子健康手帳をご確認ください。



※追加接種については、9月1日時点では定期接種とならないため有料となります。ご注意ください。（定期接種となれば、追ってお知らせします。）

【持ち物】
母子健康手帳、予診票（医療機関に置いてあります）

ポリオワクチン実施医療機関

地域	医療機関名・予約電話番号
マキノ	マキノ病院 ☎27-0101 (平日12時～17時)
今津	あいりんクリニック ☎22-1711
	おかだ小児科医院 ☎22-8071 (自動予約 22-8731)
	けいこピュアクリニック ☎24-7000
朽木	朽木診療所 ☎38-2071
安曇川	土田医院 ☎32-3317
	浮田医院 ☎32-3751
	多胡クリニック ☎34-0345
高島	高島市民病院 ☎36-2299 (平日12時半～16時)
	小篠医院 ☎36-1511
	やまにしクリニック ☎36-0015
新旭	片岡クリニック ☎25-6373

健康たかしまいきいきウォーキング

今月は、調子ヶ滝へ至る森林セラピーロードを含む「マキノ高原（約4km）」コースです。ウォーキングを楽しんで、健康づくりをしませんか？

日時 9月11日(火) 9時30分～11時30分
集合場所 マキノ高原管理事務所前
持ち物等 帽子、はきなれた靴、リュックサック、タオル、お茶、雨具（雨が降りそうな時）

☎健康推進課 ☎(25) 8078