

助かる命が、 あります。

Kさんの体験談 (62・三郷明盛)

平成20年8月、保健センターの検診で乳がんが見つかりました。自覚症状はまったくなく、「まさか自分が」という思いでした。私のがんは、幸いにして小さく、手術後は重症化していません。乳がんは転移が早く、早期発見がとても大切です。そして早めに治療を行えば、それだけ治る確率も高くなる病気です。検診に足が遠のくという人も多いと思いますが、自分の体は自分で守るしかありません。皆さん、どうか検診を受けてください。

受けてください、

検診。

がんを早期発見できたKさん。現在の治療は薬の服用のみ。「毎年、検診を受けていたことが不幸中の幸いだった」と振り返ります。

早期発見がカギ

若い年代で発病する確率が上がっている子宮頸がんは乳がん。市では節目となる年齢の対象者(注1)に、「無料クーポン券」をお送りしました。しかしながら、10月中旬までの受診率は、対象者の皆さんでも子宮7・1%、マンモグラフィ8・3%と、まだまだ低い状況にあります。子宮頸がん、乳がんは早期発見が最も有効な対策となります。この機会にぜひ受診をお願いします。

● 検診期間は来年2月28日までです。年度末は大変込み合いますので、なるべく12月末までの受診申し込みをお願いします。

● 新たに検診を希望する場合は、検診票などが必要となります。保健センターか健康推進課にお問い合わせください。

● 視触診による乳房検診を本年10月から来年1月に各保健センターで実施します(対象30歳以上)。同じ年度内にマンモグラフィ検診と両方をお受けになることはできませんのでご注意ください。

(注1) クーポン券対象年齢(年齢基準日22年4月1日) Ⅱ 子宮頸がん検診・20、25、30、35、40歳 マンモグラフィ検診・40、45、50、55、60歳

健康推進課保健予防係

TEL 81・0726 FAX 81・0703

編集後記

◆「おひさま」の撮影現場。ヒロインの幼なじみ役・柄本時生さんの存在が光っていました。時生さんは女優・明さんの次男で、「ゲゲゲの女房」のスガちゃん役・佑さんの弟。ヒロインとの掛け合いが今から楽しみです。

◆平日は座り仕事、休日でも暇なら家でゴロゴロ...という生活に危機感を覚え、人生で初めてスポーツクラブに入会しました。昨年の健康診断で肥満気味だった体型に、今年こそおさらばするぞ!

◆冬の冷えた夜、我が家では湯たんぽが活躍します。あらかじめ布団の中ほどに入れておき、寝る時に少しずつ足元の方に移動させると、柔らかな温もりで体が温まり幸せな気分になります。低温やけどに注意が必要です。

◆北アルプスが雪化粧を始め、冬はもうすぐそこです。子どもたちはいつスキーに行けるかと喜んでいますが、冷えてきたら今年痛めた腰の調子が悪く、すごく不安です。

2010.11.1現在 ()内は対前月比
人口——99,344人(-29)
男——48,170人(-17)
女——51,174人(-12)
世帯——37,002世帯(-14)

広報 あづみの

発行日 平成22年11月17日

編集・発行 長野県安曇野市役所総務部
秘書広報課秘書広報担当

TEL 0263-71-2000 FAX 0263-71-5000

URL <http://www.city.azumino.nagano.jp>

E-mail info@city.azumino.nagano.jp

印刷 (有)安曇印刷

印刷経費1部19円

次回発行...お知らせ版 12月1日(水)

古紙を配合した再生紙、
環境に優しい大豆油インクを使用しています。



本 庁 舎
豊科総合支所
穂高総合支所
三郷総合支所
堀金総合支所
明科総合支所
〒399-8205
〒399-8205
〒399-8303
〒399-8101
〒399-8211
〒399-7102
長野県安曇野市豊科4932番地46
長野県安曇野市豊科4340番地
長野県安曇野市穂高6658番地
長野県安曇野市三郷明盛4810番地1
長野県安曇野市堀金烏川2750番地1
長野県安曇野市明科中川手6824番地1

TEL 0263-71-2000
TEL 0263-72-3111
TEL 0263-82-3131
TEL 0263-77-3111
TEL 0263-72-3106
TEL 0263-62-3001

FAX 0263-71-5000
FAX 0263-72-8340
FAX 0263-82-6622
FAX 0263-77-6060
FAX 0263-72-4900
FAX 0263-62-4747