

のお知らせ

●問い合わせ●

鴻巣保健センター ☎543-1561、FAX 543-5749

吹上保健センター ☎548-6252、FAX 549-2696

※鴻巣保健センターにお車でお越しの方は、市役所
駐車場をご利用ください

🏥 健康管理は検診から。がん検診を受けましょう！ ～9月はがん征圧月間です～

がんの治療の一番の決め手は早期発見です。早期治療することにより、身体的・心理的に、また、費用面でも治療後のQOL（生活の質）の低下を少なくします。

市では、受診率の向上のため、胃がん・肺がん検診は日曜日の集団検診も実施しています。がん検診以外にも各種健（検）診を実施しています。対象となる方は、早めに受けましょう。

	健(検)診名	費用	対象年齢(平成30年3月末時点)	実施期間	申込方法等
個別	大腸がん検診	300円	40歳以上	11月末まで	市内委託医療機関へ 直接申込み ※対象者には受診券 を送付しています。 詳細は広報かがやき 5月号又は市ホーム ページをご覧ください
	乳がん検診	1,000円	40歳以上の女性(隔年)	平成30年2月 末まで	
	子宮がん検診	頸部600円 頸部体部1,100円	20歳以上の女性(隔年)		
	前立腺がん検診	1,000円	50歳以上の男性	11月末まで	
	胃ペプシノゲン検診	500円	40・45・50・55・60・ 65・70・75歳		
	骨粗しょう症検診	500円	30・35・40・45・50・ 55・60・65・70歳		
	肝炎ウイルス検査	無料	40歳以上で過去に受診 した事のない方		
	30代健康診査	1,000円	30歳～39歳		
集団	胃がん検診	500円	40歳以上	9月～11月、 平成30年2月*	広報かがやき8月号 又は市ホームページ をご覧ください
	肺がん検診	100円 喀痰検査300円	40歳以上		
	乳がん検診	500円	40歳以上の女性(隔年)	平成30年2月*	

*広報かがやき平成30年1月号でお知らせ予定



Q 胃がんの症状と治療について 教えてください

A 胃がんの症状は、初期の段階では無症状の場合も多く、人間ドック、がん検診などでたまたま発見されることも多いです。胃がんの症状は多様であり、胃の不快感、ムカムカする、痛い、食欲低下など、特有のものはありません。

胃がんは早期胃がんと進行胃がんに大きく分類されます。粘膜下層で浸潤されどまっているものを早期がん、それより外側へ浸潤したものを進行がんと呼んでいます。

S/Dが不可能な場合は手術を検討します。腹腔鏡を用いた胃がん手術もあり、開腹せず腹腔鏡に穴を開け、電メスや腹腔鏡を挿入します。視野が狭いため大出血すると開腹になるリスクがあります。最近では、腹腔鏡内視鏡同手術というよううな、内視鏡と腹腔鏡を用いてさらに侵襲を少なくする手術も開発されています。

がんの転移がある時は、抗がん剤を使用します。ヘリコバクター・ピロリ菌によって将来的に胃がんの発生するリスクが高くなることは最近よく知られるようになりましたが、除菌しても胃がんにならない訳ではありません。既に胃がんの素地ができてしまっている場合は、除菌しても意味がない場合もあります。特に50歳以上の方は毎年、胃造影が胃カメラを受けることをお勧めします。

(一般社団法人
鴻巣市医師会)



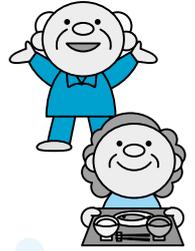


保健センターからの

！ 9月は健康増進普及月間、食生活改善普及運動実施月間です

平均寿命が伸び、私たちの健康水準は向上しました。一方で、高齢化や社会生活環境の急激な変化に伴う糖尿病・脳卒中などの生活習慣病の増加等が大きな問題となっています。これらの生活習慣病は日常生活のあり方と深く関係しており、健康の保持・増進のためには、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣の確立が重要です。

「適度な運動」「適切な食事」「禁煙」で健やかな毎日を送りましょう。



平成29年度健康増進普及月間の統一標語

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ ～健康寿命の延伸～

平成29年度食生活改善普及運動の取組

「食事をおいしくバランスよく」



野菜で健康生活

もう1皿加えて、大人が1日に必要な量(350g)を目指しましょう。



減塩で健康生活

目標はマイナス2グラム。調理の工夫、買うときの工夫で、おいしくかきこく減塩を。



牛乳・乳製品で健康生活

若い世代でも不足しがちなカルシウムと、たんぱく質をバランスよく。

こころのリフレッシュ講座

とき／10月24・31日(火)10時～12時(全2回)

ところ／鴻巣保健センター

内容／24日＝ストレスと上手に向き合おう

～ストレスコントロール～

31日＝こころよいストレッチ

～セルフコンディショニング～

講師／臨床心理士・健康運動指導士

定員／20人(先着順)

費用／無料

持ち物／筆記用具・飲み物・タオル

申込み・問い合わせ／10月3日

(火)～17日(火)の平日9時～17時に

電話で鴻巣保健センター



埼玉県救急電話相談の受付時間を拡充

10月1日(日)9時から、県の救急電話相談の受付時間を24時間365日に拡充します。また、全国共通ダイヤル「#7119」を導入し、大人や子どもの相談に対応するとともに、医療機関の案内をします。

急な病気やけがに関して、看護師の相談員が医療機関を受診すべきかどうか等をアドバイスしますので、判断に迷ったときはお気軽にお電話ください。

電話番号／#7119又は048-824-4199 ※従来の「大人の救急電話相談(#7000)」、「小児救急電話相談(#8000又は048-833-7911)」も利用できます

その他／電話相談は医療行為ではなく、電話でのアドバイスにより相談者の判断の参考とさせていただきます。なお、県ホームページ(「埼玉県医療機能情報提供システム」で検索)では、県内約1万か所の医療機関や薬局を検索できます

問い合わせ／県医療整備課(☎048-830-3559)

こころの体温計

ストレスチェックの設問に回答し、ストレス度など心の健康状態などをチェックできます。市ホームページ又は次のQRコードからご利用ください

※医学的な判断をするものではありません。気になることがある場合は専門機関に相談してください

