

毎年9月は『がん征圧月間』です。

日本人の死因の1位はがんです。生涯のうち、約2人に1人が「がん」になる可能性があり、すべての人にとってとても身近な病気です。がんは自覚症状が現れてからでは治療も困難になることが多く、早期発見が重要です。早期発見・早期治療で生存率も高くなります。同時に、予防意識を持つことも忘れずに。

がん検診 あなたを守る 新習慣

(公益財団法人日本対がん協会 がん征圧スローガン)

がんの危険信号8カ条 (日本対がん協会制定)

胃・肺・大腸・子宮・乳房などは、年1回検診を受けましょう。次のような症状があったら直ちに専門医に診てもらいましょう。

1. 胃…胃の具合が悪く、食欲が無くなっていないか
2. 肺…咳が続いたり、たんに血が混じったりしないか
3. 大腸…便に血や粘液が混じったりしないか
4. 子宮…不正出血はないか
5. 乳房…乳房にシコリはないか
6. 食道…飲み込む時つかえることはないか
7. 舌・皮膚…治りにくい潰瘍はないか
8. 腎臓・膀胱・前立腺…尿の出が悪かったり、血が混じったりしないか

がんを防ぐための新12カ条 (国立がん研究センター)

日頃の生活習慣を見直し、改善するところは改善し、良い習慣は継続することが大切です。

1. タバコは吸わない
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. 野菜や果物は不足にならないように
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. 身体の異常に気づいたらすぐに検診を
12. 正しいがん情報でがんを知ること



がんサロン “なんかん とっぱ会”

がんに関する悩みや不安について話し合う交流会を、経験者を交えて開催します。

- 対象 現在がん治療中の人およびその家族、がん経験者
- 開催日 9月22日(回)
- 時間 午後1時30分～3時30分
- 会場 南関町交流センター
- 参加費 無料

問 保健センター ☎53-3298 がんサロン代表: 鶴 智二郎

ご存知ですか？

むし歯や歯周病は、 全身の病気と関係があります。



南関町では、40歳～70歳までの5歳節目の人を対象に、歯周疾患検診を実施します。

年齢とともにむし歯や歯周病のために歯が失われていきますが、生涯にわたって自分の歯で食べることができるよう80歳までに20本の歯を保つ8020(ハチマルニイマル)運動が進められています。

むし歯や歯周病は、歯だけでなく脳血管障害、心臓病、糖尿病などの生活習慣病を発症する可能性が高いとされています。自分では気づかないうちにむし歯や歯周病になっています。

これからできるだけ歯を失わないように、また、自分の歯と健康のために検診を受けましょう。

*今年度の歯周疾患検診の対象者は下記の人です。

40歳	昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれ
45歳	昭和49年4月2日～昭和50年4月1日生まれ
50歳	昭和44年4月2日～昭和45年4月1日生まれ
55歳	昭和39年4月2日～昭和40年4月1日生まれ
60歳	昭和34年4月2日～昭和35年4月1日生まれ
65歳	昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生まれ
70歳	昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生まれ

※対象者の人には、個別にお知らせを郵送しています。

- ★ 検診期間 9月1日～11月30日 ※診療日・時間内に限ります。
- ★ 検診内容 問診及び口腔内診査(歯、歯肉、清掃状態、その他の所見)、判定に基づく指導
- ★ 検診料 無料
- ★ 検診医療機関



医療機関名	住 所	電話番号
田尻歯科医院	関町1215番地1	53-2145
原歯科クリニック	関下1550番地2	53-1177
大林歯科診療所	上坂下18番地2	53-8148
ふくち歯科医院	上坂下3559番地2	53-8005