

あなたのたいせつな人のために 年に一度のがん検診

◎保険健康課 ☎84-0320

日本人のがん死亡数は、35万人（平成22年）で、生涯のうち約2人に1人はがんにかかると推計されています。がんは、早期発見と早期治療で治る率が高まります。町では町民の健康を願い、早期発見と早期治療を行うため胃・大腸・肺・子宮・乳がんの5種類のがん検診を行っています。

胃がん検診

胃エックス線検査
バリウム（造影剤）と発泡剤（胃を膨らませる薬）を飲み胃の形や粘膜を観察します。

大腸がん検診

がんやポリープなど大腸に異常があると出血がみられます。便の中の血液を調べ、大腸内から出血していないかを調べる検査です。

事前の申し込みにより容器をお渡ししますので、2日分の便の検体を提出してください。代理の方が提出することも可能です。

肺がん検診

胸部エックス線検査と痰にがん細胞が混ざっていないか調べる喀痰細胞診検査です。喀痰細胞診は、喫煙状況や、職歴、自覚症状等により、危険性の高い方のみ行います。

女性のがん検診

（2年に1回）

子宮頸がん検診

子宮の入り口（頸部）から細胞を取って顕微鏡で細胞を調べます。

乳がん検診

乳房を観察し、しこりの有無を調べる視触診と、マンモグラフィによる乳房エックス線写真を撮ります。

「もしも、がんが見つかったら怖いから…」と検診を受けないのはもったいない！

がんは、命にかかわる病気です。「まさか私が…」ともしそうだったら…」と思う気持ちにはみんな同じです。あなたとあなたのたいせつな人のためにも、検診を受けましょう。

早期発見で治す！ それにはがん検診

がんが、検診で見つかった場合と、自覚症状がでてから見つかった場合とでは、がんが見つかったから5年後の生存率が大きく異なります。がん検診での早期発見が、がん治療の成果のカギとなっているのです。



集団胃・大腸・肺がん検診のお知らせ
町では5月22日(火)から25日(金)までの4日間、胃・肺・大腸がんの集団検診を保健センター1前特設会場で行います。40歳以上の方で2年以上、町の検診を受けていない方や新規に希望する方はお申し込みください。
なお、胃がん検診は、安全上、完全予約制とさせていただきます。

また、昨年度40歳、45歳、50歳、55歳、60歳になった方を対象に大腸がんの無料検診を行います。希望者には容器等を送りますのでご連絡ください。
今までに胃や肺に病歴がある方は、集団検診では精密検査になる可能性が高いので、治療していただいた医療機関での経過観察をお勧めします。開成町国民健康保険加入の方は人間ドックの費用助成制度があります。ご利用ください。

介護予防はいつから始めるべきか

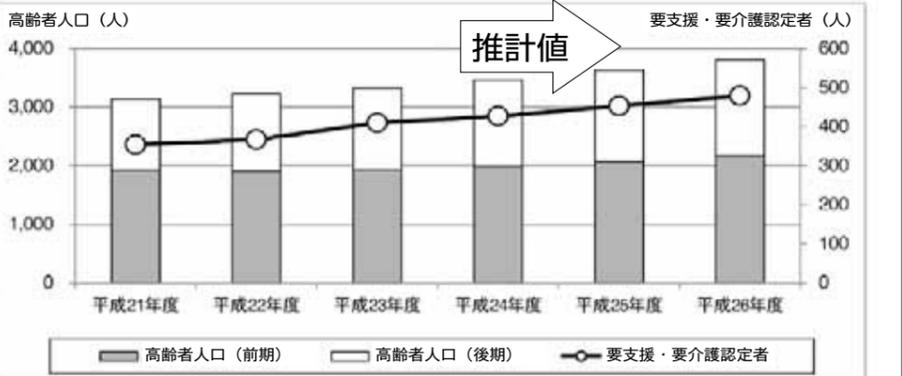
私たちの社会は今、これまでに例をみないスピードで高齢化が進んでいます。今後、寝たきりや介護が必要な高齢者が急速に増えることが見込まれており、介護予防の取り組みが重要となっています。

現在、開成町の第1号被保険者（65歳以上）のうち約11割の方が介護の認定を受けています。75歳以上になると23割となり、約4人に1人が要介護状態になっています。

介護が必要になると、介護に必要な費用や、介護する方の時間、介護する方の労力が負担になります。自分は大丈夫だと思わず、介護が必要とならないよう予防することを考えましょう。



高齢者人口と要支援・要介護認定者の推移



要介護(要支援)認定申請者の状況

平成22年度、開成町で新たに要介護(要支援)認定申請をした方の疾患は、第1位は認知症、第2位脳血管疾患、第3位心疾患でした。男性は脳血管疾患やがんが多く、女性には関節疾患や骨折が多い傾向となっています。

アンケートの結果

65歳以上の町民のみなさんにご協力をいただき、平成18年度から介護予防のアンケートを実施してきました。昨年度は2,895名の方から回答をいただきました。回答をいただいた方の中で、(機能低下の可能性のある項目として)多かったものは、第1位が物忘れ、第2位がうつ、第3位が口の機能でした。物忘れやうつは家族が気付くこともあります。主治医や町・地域包括支援センターに相談してください。早めの対応がたいせつです。

介護予防はひとひとの心がけから

健康管理

病気になる前から年に1回は検診を受けて自分自身の健康管理をすることがたいせつです。また、病気が見つかったとしても重症化しないように定期的に受診し、生活習慣を改善することが必要です。町では、高血圧や糖尿病教室などの健康づくり事業や介護予防事業で実践的なテーマを取り上げますので、参加して生活に取り入れていきましょう。随時おしらせ版などに掲載します。

介護予防事業のお知らせ

毎年度、5月から6月に骨量測定・健康体力測定・認知症予防など、さまざまなテーマをとりあげて各自治会館などを会場に、介護予防事業を開催しています。今年度は、口の機能を向上するための内容となっています。口の健康は全身に影響します。自覚症状がない方も健康を保つためにぜひ参加してください。また、

町オリジナル体操「かいせいきいき健康体操」も一緒に行います。



かいせいきいき健康体操

介護予防といっても、難しいことはありません。手軽にできることがたくさんあります。まずは自分にできることから少しずつはじめてみましょう。

◎保険健康課 ☎84-0320