

がん検診を受けてますか？

早期発見、早期治療をすれば

決して怖くない病気になってきました！

がんは、我が国の死因の第1位で、年間34万人の人が亡くなっています。40～60歳代の死因の4割はがんであり、働き盛りの年齢層に多くなっています。

がんは生活習慣病のひとつで、誰もがかかる可能性があります。がんの研究や治療は進歩しており、早期発見、早期治療をすれば決して怖くない病気になってきます。

周防大島町においても、毎年各種がん検診を行い、がん予防を推進していますが、残念ながら受診率は低い現状です。

最近みなさんの周りで、若い方が急に病気で入院したり、亡くなられたという話を聞くことはありませんか？定期的に検診を受けていない方や、長年病院にかかっていない方で、急に入院や手術が必要になったという事例も増えています。

働き盛りの年代は、「忙しい」と自分の健康管理が後回しになりがちですが、自分のために、家族のために、定期的にがん検診を受けることをお勧めします。

ご家族、お友達など誘い合って是非検診を受診しましょう。

▼平成22年度 各種がん検診希望調査票の提出をお願いします。

2月中旬に各世帯に、平成22年度 各種がん検診希望調査票を郵送しています。3月15日(月)が提出期限となっていますので、まだ出されていない方は、各総合支所、出張所へ提出してください。

がん検診を希望された方へは、4月中旬に受診票と日程表を送付する予定です。

■問い合わせ

健康増進課 健康づくり班
☎0820(77)5504

がん検診の実施予定時期

検診種類	実施予定時期
結核・肺がん検診	5月～6月
子宮がん検診	5月～6月
乳がん検診	
胃がん検診	7月～10月
大腸がん検診	



食生活改善推進協議会大島支部小松地区では、年に5回の食生活改善講習会や親子食育教室などを実施しています。先日は柳井地区食普及推進協議会から鮭やさんまなどのお魚をご用意していただき、食生活改善講習会を開催しました。

食普及推進協議会の会長が魚には不飽和脂肪酸が豊富で、血液をサラサラにする効果があるなど、魚は健康食であることをお話しされました。

調理実習では鮭は生まれた故郷の川に戻ってくるといわれますように、周防大島町を一度離れた人もいつかきつと我が故郷周防大島町に帰ってくることを念じて、鮭が入ったちらし寿司などを作りました。

これからも地域の健康づくりを推進し、心身ともに健康で元気な100歳を目指してがんばりたいと思っています。

周防大島町食生活改善推進協議会

大島支部 中元みどり

