

5月の健康づくり

ビート・コア・ウォーキング

有明優都戦略

- 日時 7日(火)、21日(火)
午後7時～
(準備運動を含め約1時間。雨天の場合は中止)
- 場所 運動公園内元気ロード
- 対象 誰でも
- 参加費 無料
- ☎保健センター ☎63-1133

あなたの善意、お待ちしております
愛の献血

- 30日(木)
▽有働病院
午前9時30分～正午
- 30日(木)
▽荒尾中央病院
午後1時30分～4時
- ☎保健センター ☎63-1133

健康相談

心や体の健康について、困ったことや心配なことがある人は、気軽に相談ください。

- 9日(木)
▽中央公民館(医師が対応します)
午前10時～11時30分
- 14日(火)
▽保健センター
午前10時～10時45分
- ※相談日以外でも、保健センターで職員が相談を受けています。
- ☎保健センター ☎63-1133

定期予防接種

子宮頸がん予防・ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチンが定期予防接種になりました

子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンの予防接種は、年間を通して医療機関で受けることができます。「予防接種を受けさせたい」という人は、医療機関へお申し込みください。

●対象年齢

- 荒尾市に住民票のある人で、
- ①2カ月以上5歳のお誕生日の前日の乳幼児(ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン)
- ②小学6年から高校1年生の年齢にあたる女性(子宮頸がん予防ワクチン)

●必要なもの 母子健康手帳、予診票

※中学1年生までは、接種当日に必ず母子健康手帳をお持ちください。中学2年生から高校1年生までは、母子健康手帳をお持ちの場合、当日ご持参ください。予診票を持っていない人は医療機関で受け取ることができます。

●接種時の注意事項

- ・説明書や医師の説明をよく聞いて、ワクチン接種の必要性や副反応(腫れ、痛み、発熱、悪寒、頭痛など)をよく理解して接種を判断してください。
- ・接種する人の体調が良い日を選び、事前に医療機関に連絡・予約をしてください。
- ・ワクチン接種後、気分が悪くなったり、発熱症状などが出た場合には、接種医療機関に報告してください。

「接種期間」「接種回数」

「予防接種の委託医療機関」は

16ページをご覧ください

がんを防いで健康寿命を延ばす ～もっと早く受けていれば…とならないために～

series for Healthy Life
健康って気持ちいい!
vol.38

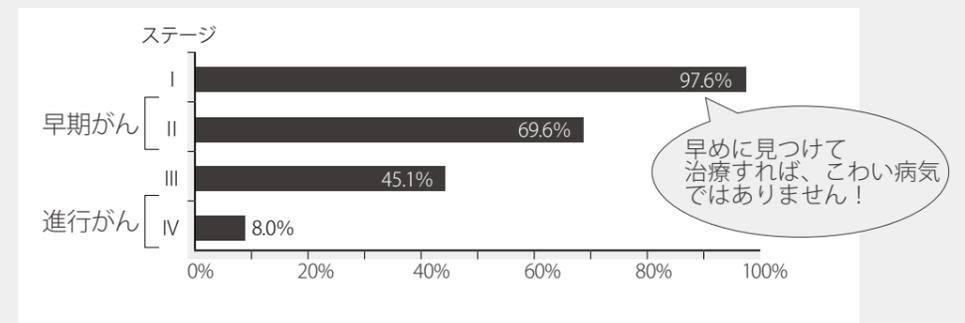
がんは身近な病気

日本人の2人に1人ががんにかかり、3人に1人ががんで亡くなっています。がんは、他人事ではなく誰でもかかる身近な病気です。

がんは不治の病ではない

がん治療の進歩で、早期発見・治療による生存率は確実に高くなっています。例えば胃がんの場合、初期の段階(ステージⅠ)で見つかり、治療した人の5年生存率は90%以上です。

胃がんの5年生存率

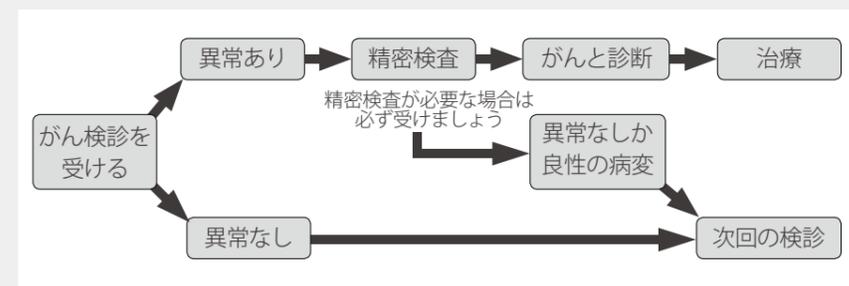


全国がん(成人病)センター協議会加盟施設における5年生存率(2000～2004年診断例)
公益財団法人がん研究振興財団刊『がんの統計'12』より

がん予防の最大にして唯一の武器「がん検診」

がん予防の最大にして唯一の武器はきちんとした検診を受けることです。がんを勝つ最終手段は早期発見しかありません。早期発見すればがんは不治の病ではないのです。

今月はがん検診を実施します。(12ページ参照)初期の段階で見つけることのできる「がん検診」をこの機会に受けてみてはいかがでしょうか。



※がん検診は「がんがある」「がんがない」という結果がわかるまでのすべての過程です。途中で精密検査を受けなかったり、がんと診断されて治療を受けなかったりすると、がん検診の効果はなくなってしまいます。

☎保健センター ☎63-1133