

保健だより

■問い合わせ

本庁健康増進課成人保健係(水沢保健センター ☎ ☎ 4511)、各総合支所健康福祉課

2年に一度は女性のがん検診を受けましょう

■日本人女性に急増している乳がん

乳がんは、日本人女性がかかるがんの第1位で、約11人に1人が乳がんと診断されています。乳がんの罹患率は増加の一途をたどっており、女性の30歳～64歳では死亡原因の第1位です。29年度、市の乳がん検診を受けた人は3,120人で、9人にがんが見つかりました。(引用：奥州市の保健)

市では40歳以上の女性を対象に乳がん検診を行っています。30年度に40歳の方は無料で受けることができます。

検診ではマンモグラフィーを使い、X線で乳房を撮影します。透明な板で乳房を挟んで平たく伸ばすことで、乳房の中をはっきりと撮影することができ、早期がんを見つけることができます。乳がんは、早期に発見し治療した場合、9割以上のケースで治癒が期待できます。症状がない時こそ乳がん検診を受けて、健康管理に役立てましょう。

■子宮がん検診は、がんの一手手前で発見可能

子宮頸がんは、子宮の入り口にできるがんで初期には症状がほとんどなく、自覚症状が現れる頃には病状が進行していることが少なくありません。

子宮頸がんは20代、30代の若い女性に増えていきます。30代後半から40代でがんになる可能性が最も高く、50代以上の人も発症することがあります。29年度、市の子宮がん検診を受けた人は3,774人で、3人にがんが見つかっています。また、26人はがんの一手手前(前がん病変)で見つかっています。(引用：奥州市の保健)

子宮頸がんの原因は主にHPV(ヒトパピローマウイルス)の感染です。性交渉の経験がある女性の8割はHPVに生涯に一度は感染するといわれています。

感染しても9割の方は自然に消えてなくなりますが、1割の方は感染が続き、がんになることがあります。

子宮がん検診では、専用のブラシで子宮頸部の細胞をこすり取ります。ほとんど痛みもなく、短時間で済みます。

市では20歳以上の女性を対象に子宮がん検診を行っています。30年度に20歳の方は無料で受けることができます。検診では、子宮頸がんになる前の前がん病変や早期のがんを発見することが可能です。子宮がん検診を受けて健康管理に役立てましょう。

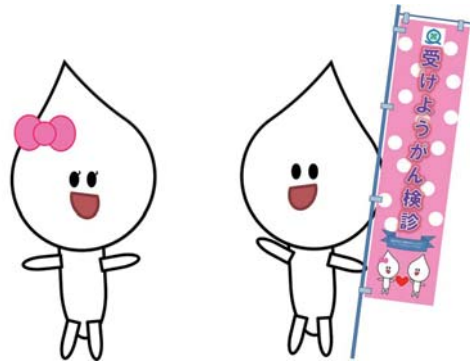
■検診の対象者

乳がん検診は40歳以上、子宮がん検診は20歳以上の女性で、次のいずれかに該当する人。

○31年4月1日時点で偶数年齢の人

○29年度に受検していない奇数年齢の人

申し込みをしていなかった人で、検診を希望する場合は、水沢保健センターまたは各総合支所健康福祉課までお問い合わせください。



▲市がん検診PRキャラクター
ジュシンちゃんとかんくん

水沢病院 市民健康講座 「骨粗しょう症の予防」

総合水沢病院では市民を対象に健康講座を開催します。専門の医師が病気について分かりやすく説明します。ぜひご参加ください。

■日時 9月29日(土)午前10時半～11時半
※予約不要

■場所 総合水沢病院1階 薬局前ホール

■内容

①講演「骨粗しょう症について」

▶講師 総合水沢病院 整形外科長 中村 聡 医師

②「食事でも骨を強くする」▶管理栄養士

③「転びにくい体を作るための予防体操」▶理学療法士

■問い合わせ 総合水沢病院医療連携室 ☎ ☎ 3833

保健日程 一教室・健康相談一

■母子健康手帳交付

平日 ☎ 8:30～17:00 持 保険証、印鑑、振込先通帳

○水沢 ☎ 水沢保健センター

○江刺【要予約】 ☎ 江刺総合支所健康福祉課

○前沢【要予約】 ☎ 前沢総合支所健康福祉課

○胆沢【要予約】 ☎ 健康増進プラザ悠悠館

○衣川【要予約】 ☎ 衣川総合支所健康福祉課

■離乳食教室(もぐもぐ教室)【要予約】

7日(土) ☎ 9:30～9:45 対 30年1・2月生まれ 持 母子

健康手帳・筆記用具 ☎ 健康増進プラザ悠悠館

※申込期限…4日(土)

■外国人ママふれあいサークル

25日(土) 10:00～11:45 ☎ 子育て総合支援センター

(いずみ保育園) 対 市内在住の外国人ママ(妊婦含む) ☎ 水沢保健センター

■BCG集団予防接種【要予約】

13日(土) ☎ 13:00～13:15 対 生後5カ月から1歳未満

☎ 水沢保健センター

※医療機関での個別接種も可

■精神保健福祉相談【要予約】

23日(土) 13:00～16:00 ☎ 奥州保健所

■骨髄バンクドナー登録・エイズ抗体即日検査

クラミジア病原体検査・梅毒検査・肝炎検査【要予約】

20日(土) 9:00～12:00(骨髄バンク、エイズ抗体即日検査、

クラミジア病原体検査、梅毒検査)、9:00～14:00

(肝炎検査) ☎ 奥州保健所

■こころサロン奥州(自死遺族の集い)【要予約】

11日(土) 13:30～15:00 対 家族など大切な人を自死で

亡くした人 ☎ 奥州保健所

■家族そろって朝食ディ

21日(土)は朝食ディです。家族そろって朝食を取りましょう!!

※☎は受付時間、☎は会場、対は対象者、持は持ち物、予は予約先、☎は問い合わせ先を表します。水沢保健センター ☎ 4511、江刺総合支所健康福祉課 ☎ 2111、前沢総合支所健康福祉課 ☎ 2111、健康増進プラザ悠悠館 ☎ 2977、衣川総合支所健康福祉課 ☎ 3111、奥州保健所 ☎ 2831

休日・夜間診療 / 献血

●奥州金ケ崎休日診療所 (水沢多賀21-1 ☎ ☎ 3935)

【診療時間】8:30～16:00 ※診療は上記の場所で行います

2日(土) 大歳 憲一 先生 (おおとし消化器科整形外科)

9日(土) 本田 健一 先生 (本田胃腸内科外科)

16日(土) 丸田 純一 先生 (見分森・丸田クリニック)

17日(土) 村井かほり 先生 (村井小児科クリニック)

23日(土) 渡邊 敏明 先生 (わたなべ眼科医院)

24日(土) 李 陽成 先生 (水沢形成外科医院)

30日(土) 青木 泉 先生 (青木眼科クリニック)

●奥州金ケ崎夜間診療所 (水沢多賀21-1 ☎ ☎ 3935)

【診療日】年中無休 【診療時間】18:30～21:00

●江刺休日当番医 【診療時間】午前中

2日(土) 関谷医院 ☎ ☎ 3511 (大通り)

9日(土) たかはし内科医院 ☎ ☎ 6668 (大通り)

16日(土) 滝田医院 ☎ ☎ 2315 (六日町)

17日(土) 及川整形外科クリニック ☎ ☎ 2917 (八日町)

23日(土) ひらた外科内科クリニック ☎ ☎ 1331 (愛宕字観音堂沖)

24日(土) 谷口耳鼻咽喉科医院 ☎ ☎ 2927 (大通り)

30日(土) 伊藤内科医院 ☎ ☎ 4006 (川原町)

●日曜歯科当番医 【診療時間】9:00～12:00

2日(土) ㈲百成会ちば歯科医院 ☎ ☎ 1300 (水沢字桜屋敷)

9日(土) あべ歯科クリニック ☎ ☎ 3918 (金ケ崎町西根荒巻)

16日(土) 有住歯科医院 ☎ ☎ 3006 (金ケ崎町西根町裏)

23日(土) 日高歯科医院 ☎ ☎ 5330 (水沢字久田)

30日(土) おおたに歯科医院 ☎ ☎ 8148 (水沢字高屋敷)

●こども救急相談電話 (☎ 019-605-9000)

【診療日】年中無休 【受付時間】19:00～23:00

●日曜当番整骨院 【診療時間】9:00～15:00

2日(土) おおまち整骨院 ☎ ☎ 4110 (水沢字大町)

9日(土) 阿部整骨院 ☎ ☎ 1036 (江刺六日町)

16日(土) 古村整骨院 ☎ ☎ 4542 (水沢三本木)

23日(土) 伊藤整骨院 ☎ ☎ 3851 (水沢南大鐘)

30日(土) 信スパイラル整骨院 ☎ ☎ 0894 (江刺南大通り)

●普通救命講習会

万が一に備えて、心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の使い方を学びませんか。

▷日時・場所…30日(土) 9:00～12:00 胆沢分署

▷対象…中学生以上

▷内容…心肺蘇生法、AEDの使用法、異物除去法、止血法

▷受講料…無料 ▷申込期限…23日(土)

▷問い合わせ・申込先…奥州金ケ崎行政事務組合消防本部 消防救急課救急係 (☎ ☎ 7211)

●献血日程

2日(土) いわて生協コースアテルイ 9:30～12:00

13:30～16:00

4日(土) 県南広域振興局 9:30～12:30

10:00～12:00

16日(土) イオン前沢店 13:30～16:00

10:00～12:00

22日(土) 東亜リース㈱本社 13:30～16:00

9:30～11:30

27日(土) J A 江刺本店 13:30～16:30

スマイル水沢

○全会場 400 ml献血のみの受け付けとなります