



Health

## 健康づくり

行方市健康増進課（北浦保健センター内）

☎ 0291-34-6200

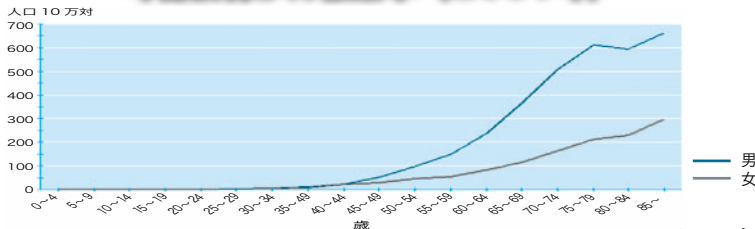
### 健康つらみ がん予防（4）～胃がん～

胃がんは、日本人が発症するがんの中で最も多いとされていますが、最近では胃がんによる死亡率は以前に比べて低下してきています。治すことが可能な“早期”の段階でがんを見つけることができるようになったことや治療法が大きく進歩しているためと考えられます。

胃がんは、進行すると「貧血」「体重減少」「便が固くなる」などの症状が現れることがありますが、早期の場合には、ほとんど症状が現れません。1ミリのがんが1センチのがんに成長するまで10年以上は要すると考えられています。仮に60歳でがんが見つかったとしても、40～50歳ぐらいには既にがんが発症したことになります。

胃がんは、かかりやすい病気ではありますが、きちんと治療できれば治る可能性の高い病気です。自覚症状がなくても、定期的に検診を受けて「早期発見」「早期治療」を心がけましょう！

#### 年齢別胃がん罹患率（2001年）



男女とも50歳代から60歳代にかけて胃がん罹患する方が増加し、年齢が高ければ高いほどその数は多くなっています!!

（引用データ：国立がんセンターがん対策情報センターより）

#### 《胃がんにならないための予防》

- 市で実施している検診を上手に活用しましょう。
- 食事は偏らないことが大切です。食べ物との関係の深い臓器のため、塩分の摂りすぎに気をつけましょう。塩分は様々ながんにとっての危険因子です。
- たばこは吸わない。他人のたばこの煙も極力避ける。喫煙による胃がんの発がんの危険性は肺がん程高くはありませんが、たばこは全ての発がんの1/3に関与していると言われています。

### 総合健診のお知らせ（麻生地区）

病気の発見、体の異変を早期に発見するためにも総合健診を受けましょう。

お申し込みは各地区保健協力員さんまたは北浦保健センターへ直接お申し込みください。

期 日 9/29（火）・9/30（水）・10/1（木）・10/2（金）・10/3（土）  
 受付時間 午前6時30分～午前10時（時間指定制です）  
 会 場 麻生保健センター  
 検診項目  
 及び料金 ①胸部レントゲン（19歳以上） 無料  
 （喀痰検査は1,000円）  
 ②生活習慣病予防健診（19～39歳） 500円  
 特定健診（40～74歳） 500円  
 （70歳以上は無料）  
 高齢者健診（75歳以上） 無料  
 ③胃がん検診（30歳～74歳） 1,500円  
 ④大腸がん検診（30歳以上） 500円  
 ⑤前立腺がん検診（50～74歳の男性） 700円  
 ⑥肝炎ウイルス検診（40歳及び未検者） 1,000円

申込期限 8月21日（金）  
 申込及び 健康増進課（北浦保健センター） ☎0291-34-6200  
 問合せ先

※特定健診は国保加入者のみ受診できます。国保以外の方は医療保険者に確認をお願いします。

### 献血のお知らせ



期日	8月11日（火）
時間	<午後> 1:30～4:00
会場	なめがた地域総合病院
期日	9月16日（水）
時間	<午前> 9:30～11:30
会場	行方市役所玉造庁舎
期日	10月30日（金）
時間	<午前> 10:00～12:00 <午後> 1:00～3:30
会場	麻生保健センター
期日	10月30日（金）
時間	<午前> 10:00～1:00 <午後> 2:00～3:30
会場	セイミヤモール麻生店

【問合せ先】 健康増進課  
～献血にご協力ください～