

- ◎向日市民憲章◎
- 1 住みよいまちを力を合わせつくりましょう
 - 1 きれいな緑と水と空を守りましょう
 - 1 働くよこびと心のふれあいを大切にしましょう
 - 1 すくれた教育と文化を育てましょう
 - 1 明るいくらしと福祉のまちをきざしましょう

9月は「がん征圧月間」

年に一度はがん検診



検診車による胃がん検診

早期発見・早期治療を

9月は「がん征圧月間」です。「がん」は、不治の病と考えられてきた方も多いためです。しかし、がんも早期発見・早期治療によつて治癒が可能な病気になりつつあります。私たち一人ひとりが、がんに関する正しい知識を持ち適切な予防と早期発見に心がけましょう。

わが国は、世界でも1、2を争う長寿国となりましたが、今後急速に人口の高齢化が進むなかで、いかに健康に老いるか、成人病予防が大きな課題となっています。近年「三大成人病」という言葉をよく耳にしますが、なかでも「がん」による死亡率は年々急激な増加を示しております。昭和56年にはそれまで死亡原因の1位であった脳卒中を上まわり、

京都府におけるがんの動向

胃がん

日本人のがんの特徴は、胃がんが圧倒的に多いこと、この点では、京都府においても同じです。しかし、最近胃がん検診の普及により、早期発見、早期治療がすすむにつれ、その死亡率は減少傾向にあります。

肺がん

肺がんはイギリスや北欧に多く、日本では少ないといわれてきましたが、わが国でも著しく増加しています。近年は、男性ばかりでなく、女性にも肺がん死亡率が増えてきており、男女とも多いがんになってきています。

乳がん

近年急激に増加しており昭和59年には乳がんによる死亡は、子宮がんを抜いて

子宮がん

女性のがんのトップとなりました。特に、高齢者の死亡率が増加しています。

がんは予防できるか

がんから身を守るためには、がんにかからないようにする「一次予防」と早期発見・早期治療をする「二次予防」があります。

一次予防

がんにかからないようにすることは無理としても、生活習慣の改善、環境などの発がん要因をとり除くことにより、がん発生を減少させることができます。

二次予防

二次予防とは、いままでもなく検診を受けることで

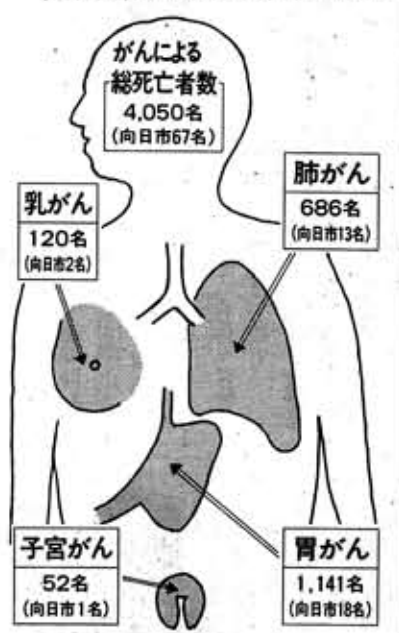
その他

生活様式の欧米化と食生活の変化で日本人のがんも多様化し、がんも国際化してきたといえます。最近、肝臓がん、胆のうがん、すい臓がんなどがとくに注目されてきました。

低い受診率

本市においても胃がん、乳がん、子宮がん、肺がん検診を実施していますが、昨年度の受診率は子宮がん26・3%、胃がん18・3%、乳がん10・8%、肺がん10・8%(61年度)で低い受診率です。しかし、受診者の中から毎年数人のがんが発見されていますので、自分は大丈夫と思わず、ぜひこの機会に検診をうけましょう。

京都府におけるがんによる死亡者数 (昭和59年京都府衛生部資料による)



注) 主ながんを掲げたため、各がんの合計数と総死亡者数とは合わない。

がん予防のための12か条

1. バランスのとれた栄養をとる
2. 毎日変化のある食生活を
3. 食べ過ぎを避け、脂肪は控えめに
4. お酒はほどほどに
5. たばこは少なくする
6. 適量のビタミンと繊維質のものを多くとる
7. 塩辛いものは少なめに、熱いものは冷ましてから
8. こげた部分は避ける
9. かびの生えたものに注意
10. 日光に当たり過ぎない
11. 適度にスポーツをする
12. からだを清潔に

市民能楽の夕べ

狂言 二人大名 茂山千之丞
能 葵上・梓之出 浦田 保利

- 日時 10月25日(土) 午後6時30分～
- 場所 市民会館ホール
- 入場料 大人 1,000円 学生 500円
- 入場券発売所 市民会館・各地区公民館 山口タバコ店・かどや・西川時計店
- お問い合わせ 市民会館 932-3166

