

# シリーズ 成人病を予防する ④ 乳がん

生活様式の変化で増える「乳がん」  
乳がんは従来、欧米に多く、日本では少ない「がん」でしたが、近年は、発症率・死亡率とも増加傾向にあります。  
この原因は、女性をとり巻く生活様式の西洋化、それに伴う女性ホルモンの変化が大きく関わっているようです。

まず、食生活の欧米化により、高脂肪・高たんぱくの食事をとる機会が多くなり、そのため体格や体質も欧米人に近づいてきたことが、乳がん増加の原因としてあげられていきます。



健康管理課 内線338

早期発見のためには年一回の定期検診と月一回の自己検診を乳がんの約95%は、しこりで発見されます。このしこりが小さなうちに、できれば一センチ以下の段階で発見して、早期にとりのぞけば、ほとんどの人が完治します。



## 新着図書のご案内

### 向日市立図書館

- 一般成人向け図書
- ▷コンピュータアルゴリズム全科 千葉剛茂他著 一基礎からグラフィクスまで一 啓学出版
  - ▷京都・奈良博物館案内最新版 ユニプラン
  - ▷フロイドを読む 岸田秀著 青土社
  - ▷都庁・もうひとつの政府 佐々木信夫著 岩波書店
  - ▷トップフォーカ最前線 原康夫著 日本放送出版協会 一超ミクロの世界から宇宙が見える一
  - ▷京都市・野山の花・安原修次著 エフエー出版
  - ▷働く人の心の健康 大原健士郎著 朝日新聞社
  - ▷ぼくのワイン・ストーリー 羽仁進著 徳間書店

- 一ベスト・セレクション142種一
- ▷ジュエリー・ブック 斉藤貴子著 ナツメ社
  - 一はじめての宝石遊びと楽しみ方一
  - ▷不滅の名曲はこのCDで、新版 志島栄八郎著 朝日新聞社
  - ▷日本語の特質 金田一春彦著 日本放送出版協会
  - 児童向け図書
  - ▷描かれた家族 W&J・リチャードソン編 若桑みどり 一イメージの世界一 佑学社
  - ▷小さな冒険者たち 小松阿礼(あれい)作 学習研修社
  - ▷ヘマの名人 ゲールハルト・ホルツ・パウエルト作 山下しげ子訳 ほるぷ出版
  - ▷みみずくとおじいさん ビアンキ原作 松谷さやか文 村上勉画 ひさかたチャイルド
  - ▷やっぱりともだち ヘルメ・ハイン作・絵 さかさなおこ訳 佑学社
- ※夏休みお話し会の受付をしています。整理券をとりに来てください。

## 7月の納付案内

### 税務課・保険年金課

- ◎固定資産税・都市計画税…平成3年度第2期分
  - ◎国民健康保険料…平成3年度第2期分
  - ◎国民年金保険料…平成3年7月分
- 最寄りの取扱金融機関又は市役所会計課窓口へ、納期限(7月31日)までにお納めください。取扱金融機関の本・支店出張所を問わず取り扱っています。
- ▷還付金の通知 還付金の通知があった場合は(国民年金保険料を除く)至急に会計課まで通知書と印鑑をもってお越しください。なお、都合によりお越しにならない人は、口座振込みをしますので、同封のはがきに必要事項を記入のうえ押印し送付してください。

## 第2回生オケ大賞

日時 8月25日(日) 午後2時 開演  
場所 京都府長岡京記念文化会館  
募集内容 ペア戦…カラオケ&舞踏ペア5組 (歌う人と踊る人が必ずペアで申込み) 個人戦…生オケ大賞20人(組)  
受付期間 7月2日(火)～7月17日(火)  
受付場所 京都府長岡京記念文化会館  
申込み用紙配布場所 向日市教育委員会社会教育課 向日市民会館



ゲスト歌手



中村 美津子



梶 哲也



北川 まり子

## 7月のカレンダー

日	行政情報	保健センター情報	日	行政情報	保健センター情報
1(月)	第41回「社会を明るくする運動」 7月1日～31日 テーマ「ふれあいと対話が築く明るい社会」 広報活動 7月1日(月) JR向日駅前 阪急東・西向日駅前ほか 主催団体 乙訓地区保護司会向日支部ほか	腰痛・肩こり教室 午前10時～11時30分 健康・家族計画相談 午後1時30分～3時30分	9(火)	困りごと相談 午前10時～午後3時 市民会館	離乳教室 午前9時30分～11時30分 MHU 午前10時～午後3時 乳児後期健診 午後1時30分～2時45分
2(火)		MHU聴学学習会 午前9時30分～11時30分 乳がん検診 午後1時30分～3時30分	10(水)	消費生活相談 午後1時～4時 市民相談室	1歳半健診 午後1時15分～2時45分
3(水)	消費生活相談 午後1時～4時 市民相談室	乳がん検診 午後1時30分～3時30分	11(木)	育児相談 午前10時～午後3時 第4保育所	あそびの広場 午前9時30分～11時 健康体操 午前9時30分～11時30分 リハビリ交流会 午後1時30分～3時30分
4(木)	育児相談 午前10時～午後3時 第4保育所	健康体操 午前9時30分～11時30分 乳がん検診 午後1時30分～3時30分	12(金)	育児相談 午前10時～午後3時 第6保育所	栄養教室 午前9時30分～午後4時 田観教室 午後1時30分～4時
5(金)	育児相談 午前10時～午後3時 第6保育所	乳がん検診 午後1時30分～3時30分 日本脳炎予防接種 午後2時～3時30分	13(土)	閉庁土曜日	
6(土)	狂犬病予防注射 日時：7月10日(水) AM10:30～11:30 PM1:30～3:30 場所：森本公民館 費用：4,950円 お問い合わせ 生活環境課(内線227)	市民会館・中央公民館 休館のお知らせ 12月3日～平成4年8月中旬 ホール内装などの改修工事のため 上記期間、休館します。 お問い合わせ ☎932-3166	14(日)	トレーニング講習会のお知らせ ▶日時 7月22日(月) 午後7時～9時 ▶場所 市民体育館 ▶対象 市民および市内に通勤(学)している18歳以上の人 ▶受講料 1,000円 ▶定員 30人(先着順) ▶申込み 7月6日(土) 午前9時～受付 受講料と顔写真(3cm×2.5cm)1枚を持って市民体育館で申し込んでください。 (電話申込み不可)	水の季節に備える 救急蘇生法講習会 対象 向日市内の学校・事業所・町内会等 申込み・お問い合わせ 向日市消防署救急係 ☎934-0119
7(日)	小暑・七夕		15(月)		腰痛・肩こり教室 午前10時～11時30分 健康相談 午後1時30分～3時30分 リハビリ相談 午後1時30分～3時30分
8(月)		腰痛・肩こり教室 午前10時～11時30分 発達相談 午前10時～11時30分 健康相談 午後1時30分～3時30分	16(火)		三種混合 午後2時～3時30分