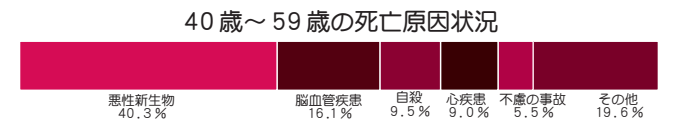


がん（悪性新生物）による死亡者数は年間 30 万人を超え、国民の 3 人に 1 人はがんで亡くなっています。当市の死亡原因もがんが 1 位を占め、その中でも胃・食道・肺がんが多い状況です。

◆「自分は大丈夫」と思っていないませんか？

秋田県のがん死亡者（4,165 人）は全死亡の 28.2 % を占め、死亡率では全国 1 位となっています。また、働き盛り 40 歳～ 59 歳の死亡者のうち 4 割（287 人）のがんです。



◆がん検診の目的は「がんで死なせないこと！」

がん検診は自覚症状がないうちに受けて、早期に見し治療することが大切です。早期のがんは、そのほとんどを治すことができますが、放置して進行したがんは、治すことが難しい状況となります。

今年度最後の未受診者検診です！！

にかほ市では 1 人でも多くの方にがん検診を受けていただきたく、今年度最後のがん検診を下記のとおり実施します。

集団検診を受診できなかった方や受けるつもりはなかったけど受けたい方など、ぜひ受診してください。

申込・問合先 各保健センター

実施日	会場	受付時間	受けられる検診の種類
10 月 14 日(土)	スマイル	6:00 ～ 7:30 9:30 ～ 10:30 9:30 ～ 10:00	胃検診・大腸がん検診 肺・大腸・前立腺がん検診（30 人限定） 乳がん検診（30 人限定）
10 月 18 日(水)	象潟保健センター	6:00 ～ 7:30 9:30 ～ 10:30	胃検診・大腸がん検診 肺・大腸・前立腺がん検診
10 月 20 日(金)	金浦保健センター	6:00 ～ 7:30 12:30 ～ 13:00	胃検診・大腸がん検診 乳がん検診（30 人限定）・子宮がん検診

～がん検診受診勧奨推進事業～

「コール・リコール事業」のお知らせ



市では 10 月 2 日～ 11 日の期間中、がんの予防・早期発見・早期治療をめざし、各種がん検診の未受診者を対象に電話で受診勧奨を行う『コール・リコール事業』を行います。

申込・問合先 各保健センター

【対 象】

市の胃がん・乳がん・子宮がん・大腸がん検診申込者で未受診の方

【方 法】

市の保健師・看護師が各保健センターから電話をします。時間は午後 3 時～ 7 時です。

【内 容】

「検診の受診状況の確認」と「検診のお勧め」をします。検診を受けない方は簡単に理由をお聞かせください。



親のひまなひクラブ

毎月季節に応じた行事や遊びなどを開催しています。保育園に入園前の子どもとその保護者が対象です。

【ひまなひコース】

期日

10 月 6 日(金)

対象

平成 28 年 4 月 2 日～ 29 年 4 月 1 日生まれ

内容

ベビーマッサージ

受付

午前 9 時 30 分～ 10 時

申込期限

10 月 2 日(月)

申込・問合先

象潟保健センター

【全コース合同】

期日

10 月 11 日(水)

対象

平成 25 年 4 月 2 日～ 29 年 5 月 1 日生まれ

内容

合同うんどう会

会場

金浦体育館（現地集合・内履き持参）

仁賀保保健センター（スマイル内）

金浦保健センター

象潟保健センター

☎32－3000

☎38－4200

☎43－7501

すくすく広場

▽すくすく広場（10 月の象潟保健センター開放日）

期日

2 日(月)、3 日(火)、4 日(水)、5 日(木)、10 日(火)、12 日(木)、13 日(金)、16 日(月)、19 日(木)、20 日(金)、23 日(月)、25 日(水)、26 日(木)、27 日(金)、30 日(月)

時間

午前 9 時 30 分～午後 3 時

▽10 月のニコニコ相談日（身長・体重も測れます）

期日

30 日(月)

時間

午前 10 時～午後 3 時

【この相談日】

臨床心理士による育児相談や『不登校・ひきこもり・家庭内暴力など』の思春期相談や「うつ」等の相談を行なっています。

期日

10 月 26 日(木)

時間

①午前 10 時～正午
②午後 1 時～ 3 時

※相談時間は 1 人 1 時間

会場

各保健センター

精神保健相談日

申込

24 日(火)まで金浦保健センター

健康づくり食育教室①（仁賀保地域）のお知らせ

10 月から 5 回シリーズで「健康づくり食育教室」を仁賀保地域で開催します。

期日

10 月 19 日(木)

時間

午前 10 時～午後 1 時

会場

スマイル

内容

食育ミニ講話、調理実習

参加費

300 円

持ち物

エプロン・三角巾・筆記用具

定員

18 名まで（先着順）

申込期限

10 月 12 日(木)まで

申込・問合先

スマイル

「流行前に早めに接種を」インフルエンザ予防接種

市ではインフルエンザ予防接種への助成を行います。各自で医療機関へ予約し、接種してください。

【対象】

①接種日に 65 歳以上の方

② 60 ～ 64 歳で慢性高度心・肺・腎機能不全で身障手帳 1 級の方（これに相当する方で手帳をお持ちでない方は、各保健センターで発行の証明書を提示してください）

③ 1 歳～中学 3 年生

④ 妊婦

助成額

1、500 円／回

※①～④に該当する生活保護世帯の方は全額助成

期間

10 月 1 日(日)～平成 30 年 2 月 28 日(水)

※①②の方は、県内のほとんどの医療機関で、③④の方は当市・由利本荘市の医療機関で接種できます。

該当する方で、接種料金を全額医療機関に支払った方は、各保健センターにお問い合わせください。

フザあり☆スマート教室

今年度、特定健診を受診した方で、健診結果がメタボリックシンドロームまたは、その予備軍に該当した方を対象に「フザあり☆スマート教室」を実施します。

利用券および教室のお知らせが、お手元に届いている方は、ぜひ各保健センターにお申込みてください。

貯蓄体操に参加しませんか？

東洋医学に基づき「氣」の流れを整え、不定愁訴を緩和するこの体操は、肩こり、膝痛、頭痛などに悩んでいる方にお勧めです。号令に合わせてストレッチやラジオ体操のような動作を行います。興味のある方はご参加ください。

期日

10 月 13 日(金)

時間

午前 10 時～11 時 30 分

会場

象潟構造改善センター和室

内容

血圧測定、貯蓄体操の実技

持ち物

バスタオル、水分補給の飲み物

参加費

無料

※申し込みは不要です。

9 広報にかほ 29. 10. 1