

子育て支援センターだより

子育て支援センター ☎52-2315

暦の上では秋ですが、今年も残暑は厳しそうですね。夏の疲れが出やすいこの時期、早寝早起きを心掛け、生活リズムを整えていきたいですね。

☆にこにこ学級～水遊び・シャボン玉遊び☆

7月12日(火)、この日は14組の親子が参加され、水遊びを楽しみました。天候に恵まれたこの日、ビニールプールの中で頭から水をかけて遊ぶ子や、お友達と水をかけ合ってはしゃぐ子、中には自分の被っていた帽子を洗い始める子がおり、水遊びを満喫していました。水がちょっぴり怖いお子さんも、プールの脇で水を汲んで遊んだり、用意してあったシャボン玉を楽しんだりしていました。水の感触を味わい、楽しい時間を親子で過ごすことが出来ました。

☆育児講演会～親子で明るく語る「生と性」☆

8月2日(火)、野口良行先生を講師に迎え、講演会を開催しました。大人は子どもの安心・安全を考え、子どもを大事に育てる義務があると話されました。

- 子どもに、はぐくみ・いやし・ほほえみを与えることで、人を信頼することができる子に育つ。
- 子どもを大事に育てる事で、子どもが自分の心や体を守る力が身につく。
- 性教育の基本は、両親からの愛情が不可欠であり、両親からの虐待行為は将来、性的逸脱行為につながる。
- 幼い頃から「性」について話すことが大切。など普段の生活の中では、なかなか聞くことのできない性教育についてのお話を聞くことができました。参加されたお母さん方からも「勉強になった」「今後の子育てに役立てたい」との声も聞かれました。



保育所の元気な子どもたち

幾寅保育所では、7月31日のかなやま湖々水まつりで、年長組と年中組、金山保育所の年長組と一緒にヨサコイソーランを踊りました。大勢の観客を前に、緊張気味の子も達でしたが、元気に踊って大喝采でした。思いがけず、アンコールに応じて、2回踊りを披露し、満足気な子ども達でした。



金山保育所では、8月5日に七夕まつりを行いました。願い事を書いた短冊や自分で作った七夕飾りを柳の木に飾って、七夕の歌を歌ったり、七夕のお話や紙芝居を見たり、七夕のフォークダンス、スイカ割りゲームを楽しみました。最後に記念撮影し、給食にはスイカ割りゲームで割ったスイカが出て、おいしそうに食べていました。



こんにちは
保健師です!
保健福祉課保健指導係
☎52-2211

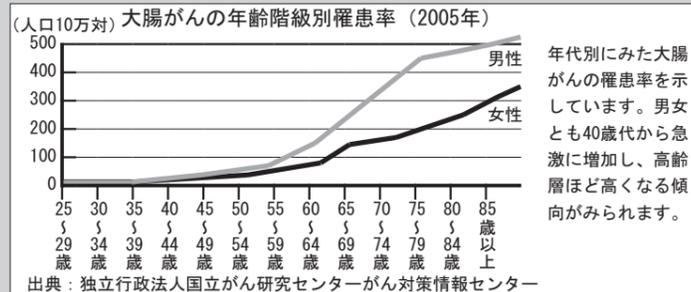
大腸がん検診を受けましょう

～便潜血検査は大腸がん検診の第一歩です～

便潜血検査は自宅排便をとって提出するだけの簡単な検査です。しかし、受けない人が多い一方で、大腸がんは増えているため国の対策として「働く世代の大腸がん検診」が今年度よりスタートしました。

町では例年通り、40歳以上の方全員、無料で受けることができる検診です。

私は大丈夫って思っていますか？
大腸がんは増えています！
大腸がんは、日本では少ない「がん」とされてきましたが、近年、急速に増加しています。
大腸がんにかかる人(罹患数)は30年間で約6倍近く増え、年間10万人を超える人が大腸がんになっています。特に、大腸がんは、男女ともに40歳代からかかりやすくなります。



大腸がんとは？
大腸がんは、初期の段階では、自覚症状がみられないことが多いです。検診などで発見されることは少なくありません。
一方、がんが進行すると、「便に血が混ざる(血便)」「便が細くなる」「便が出きらない感じがする」「残便感」「下痢と便秘の繰り返し」などがみられます。

大腸がんの原因
大腸がんの一番の原因は、食生活と言われているとされています。近年の食生活の欧米化とされています。なぜ欧米化の食事が大腸がんになりやすいかと言うと、

食物繊維不足による便秘があげられます。便が長い時間、腸の中に留まることは大腸に負担がかかります。そのほかの危険因子としては、やはり喫煙です。発がん物質を体内に唾液などを通じて取り込んでしまう喫煙はやはり消化器官に悪影響があります。
●遺伝による大腸がんのリスク
さまざまながんの原因に遺伝があります。大腸がんも遺伝によるリスクが認められています。祖父母・両親・兄弟姉妹・子どもに大腸がんの患者がいる場合は、いない人よりも大腸がんにかかる率が高くなっています。

早期発見・治療すると90%以上が完治！ 定期的な便潜血検査を！
大腸がんは、早期に発見し、治療が行われれば、90%以上が完治すると言われています。早期には自覚症状がないため、検診を受けることが重要となります。大腸がん検診の代表的なものは、便潜

血検査で、食事制限なく簡単に受けられる検査です。この検査だけで大腸がんを確定することはできませんが、大腸がんの精密検査が必要な人を拾い上げる最も有効な検査法です。しかし、「時間がない」「出血は痔が原因だ」などさまざまな理由で便潜血検査を受けない方が多いのが現状です。

便潜血検査は簡単です！
町では、6月と10月の南プミニドックに合わせ「大腸がん検診(便潜血検査二日法)」を実施しています。大腸がんだからといって毎日、出血しているわけではないので、二日分の便を提出しても大丈夫です。一日分の便検査では、がんの見落としが少なくとも30%あると言われており、二日分の検査をすると進行がんでは90%、早期がんでは50%が発見できるという報告があります。

「痔による出血」と自己判断したり、放置せず、必ず精密検査を受けましょう。
便潜血検査で陽性になった場合は、精密検査が必要です！
便潜血検査は、大腸がん検診の最初のステップです。二日分の便を提出し、そのどちらか一方でも潜血反応(血が混ざっている状態)が見られると「陽性」と判定されます。「陽性」が「がん」ではありませんが、なんらかの病気がかくれている可能性があります。町でも精密検査を受けた方のうちほとんどがポリープなどの病気が見つかっていました。

10月25日・26日に南プミニドックがありますので、今年受けていない方はぜひこの機会に受診しましょう。
便潜血検査で陽性になった場合は、精密検査が必要です！
便潜血検査は、大腸がん検診の最初のステップです。二日分の便を提出し、そのどちらか一方でも潜血反応(血が混ざっている状態)が見られると「陽性」と判定されます。「陽性」が「がん」ではありませんが、なんらかの病気がかくれている可能性があります。町でも精密検査を受けた方のうちほとんどがポリープなどの病気が見つかっていました。



第40回湖水まつり

南の国の真夏に挑む体験の旅

まちの話題・出来事

カメラレポート 学校だより

発信@みなくる

子育て支援センターだより

第40回湖水まつり

南の国の真夏に挑む体験の旅

災害に備えて

カメラレポート

教育委員会通信

こんにちは保健師です