

3月1日～8日は

「女性の健康週間」です!

乳がんについて考えてみましょう

※女性の罹患率では、乳がんが1位となっており、その数は年々増加しています。

20歳代後半から増加し、40歳代でピークを迎えます。

●乳がんのリスクが高い人

- 家族に乳がんになった人がいる
- 初潮年齢の若い人
- 閉経年齢の遅い人
- 更年期障害に対してホルモン補充療法を行った人

このほか、肥満やアルコールのとり過ぎも乳がんのリスクに関わると考えられています。

●自己検診

毎月、生理が終わって1週間以内、生理のない女性は毎月決まった日に、自分でチェックしましょう。

- ・ 左右の乳房のかたちの変化
- ・ しこりの有無(※)
- ・ 皮膚のくぼみの有無
- ・ 皮膚の色やただれ

・ 乳頭からの分泌物

※乳がんのしこり

5mm～1cm位の大きさになると自分で注意深くさわるとわかるしこりになります。

しかし、しこりがあるからといってすべて乳がんではありません。

●定期検診

検診を受診しなかった人の半数以上が「いつでも受診できる」「時間が取れない」などを理由に挙げています。

しかし、初期のがんには、ほとんどの場合自覚症状がなく、自分で見つけることができないような小さなしこりもあります。そのためにも、定期的な検診を受け、もし異常を感じたら、速やかに医療機関を受診しましょう。



▼問い合わせ先＝

保険課 健康診査担当

☎9129

予防接種に関するお知らせです

●お子さんの予防接種の受け忘れはありませんか？

感染症による重症化やお友だちへの感染を防止するため、お子さんに予防接種を受けさせましょう。

町では、BCG（結核）、3種混合（ジフテリア、百日咳、破傷風）、2種混合（ジフテリア、破傷風）、MR混合（麻しん、風しん）を個別接種で、ポリオ（小児まひ）を集団接種で実施しています。

BCGは生後3～6か月。3種混合とポリオは3か月～7歳6か月。MR混合は1歳の子と年長児（今年の4月に小学校へ就学する子）が、2種混合は小学6年生が対象です。もし、受け忘れていた予防接種がありましたら、早めに受けましょう。

また、平成25年3月までに限り、中学1年生と高校3年生を対象にしたMR混合ワクチンの追加接種が始まりました。

これは、平成19年の春、10代・20代を中心に麻しん（はしか）が大流行したことから、2回接種の機会を確保し、麻しん対策を強化するためです。町では、毎年度、対象者に個別通知します。

なお、町が実施する予防接種は無料です。

●こども予防接種週間

2月28日（土）から3月8日（日）まで「こども予防接種週間」です。感染症の予防のため、受け忘れていた予防接種がありましたら、この期間を利用して受けてください。

今回、「こども予防接種週間」にご協力いただける医療機関は次のとおりです。

受診する場合は、受付時間やワクチンの確認など事前に医療機関へお問い合わせください。

医療機関	28日(土)	1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)
やの小児科医院 ☎0280	○ 午前のみ	/	○	○	○	○ 午前のみ	○	○ 午前のみ	/
山崎医院 ☎0211	○ 午後5時まで	○ 午前のみ	○	○	○	/	○	○ 午後5時まで	○ 午前のみ
石川医院 ☎0100	○	/	○	○	/	○	○	○	/

▼問い合わせ先＝

健康福祉課 健康増進係

☎9132 FAX7493