



子宮頸がん・乳がん・骨粗しょう症

レディース検診
定期的に受けましょう

町では無料のレディース検診を行います。
がんの早期発見と治療は、命を守る最善の方法です。2年に1回、定期的に受診しましょう。
図健康福祉課☎65-8991または各地区保健委員

子宮頸がん検診（20歳以上）・乳がん検診（40歳以上）・骨粗しょう症検診（35歳以上）

対象者	子宮頸がん・乳がん	①昭和奇数年度生まれ ②平成偶数年度生まれ ③昨年度未受診の希望者		
	骨粗しょう症	①昭和奇数年度生まれ ②平成偶数年度生まれ ※すでに医療機関で治療している人を除く		
検診日	会場	受付時間	送迎対象地区	検査内容など
10月1日 (木)	江刈農村センター	9:00～10:30	江刈馬淵、遠矢場、車門、山岸、五日市、栗山、泉田、小苗代、中村、寺田、大沢、橋場、野中	【子宮頸がん検診】 ①触診 ②細胞診 ③内診 ④経膈超音波
	小屋瀬農村センター	13:00～14:00	吉ヶ沢、土谷川、元木、小屋瀬、上外川	
10月2日 (金)	くずま～る 1階 ふり～じゅ	9:00～10:30	旧冬部小学校区、旧田野小学校区、小田、垂柳、星野、馬場	【乳がん検診】 ①マンモグラフィ撮影 ②乳腺超音波(40歳代のみ)
		13:00～14:00	田子、田代、平船	
10月3日 (土)		9:00～10:30	城内小路、下町、新町、浦子内	【骨粗しょう症検診】 超音波パルス法による踵骨度評価・判定
		13:00～14:00	四日市、江刈川、茶屋場	
その他	・送迎を希望する人は 9月16日(木) までに各地区保健委員または健康福祉課にお申し込みください。 ・骨粗しょう症検診は検診当日に申込を受け付けます。この検診のみ受診を希望する人は事前にご連絡ください。			



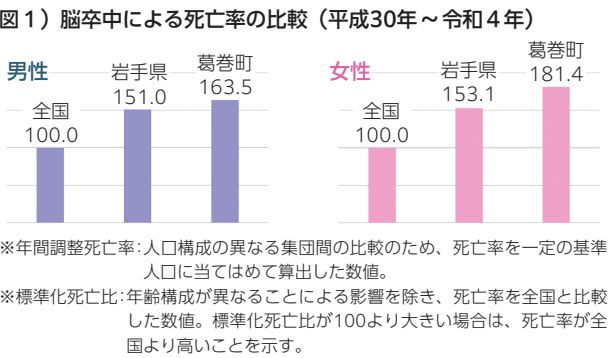
毎日の食生活を見直しませんか

9月は健康増進普及月間&
食生活改善普及運動月間です

「健康増進普及月間」と「食生活改善普及運動月間」に合わせて、減塩に関するイベントを開催します。自身の味覚について知り、減塩への第一歩を踏み出しましょう。

- ▶日時
- 10月1日(木)、2日(金)、3日(土)
9:00～11:30、13:00～14:30
※レディース検診と同日開催
- ▶場所
- 1日(木) 江刈農村センター（9:00～11:30）
小屋瀬農村センター（13:00～14:30）
2日(金)、3日(土) くずま～る
- ▶内容
- 食塩含浸ろ紙を使った塩味チェック体験、減塩のコツ、減塩レシピの配布など
- ▶その他
- 無料で参加できます。申し込みも不要です。
図健康福祉課☎65-8991

◆脳卒中には予防が大切です◆
脳卒中による年間調整死亡率で、岩手県は男女ともに全国ワースト1位です。また、葛巻町の脳卒中の標準化死亡比（平成30年～令和4年）は、男性は県内7番目、女性は8番目に高い状況です。



脳卒中の主な要因である高血圧は、塩分の摂り過ぎが深く関係します。葛巻町の推定塩分摂取量は、平成30年に8.97gまで低下しましたが、令和6年は9.46gと増加しています。

食塩摂取量の平均値(R6)

全国平均:9.6g
岩手県:10.3g
葛巻町:9.46g
男性目標量:7.5g未満
女性目標量:6.5g未満

出典
厚生労働省「令和5年度人口動態統計特殊報告（令和2年度都道府県別年齢調整死亡率の概要）」「人口動態統計特殊報告（平成30年～令和4年人口動態保健所・市区町村別統計の概況）」「令和6年度県民生活習慣実態調査」岩手県予防医学協会特定健診結果集計

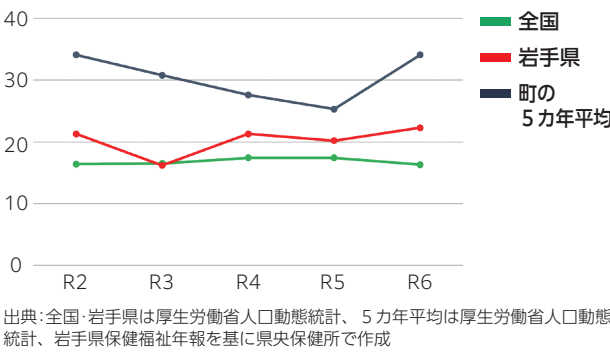
9月は岩手県自殺防止月間
「ここに寄り添いいのちを守る いわて」

町では「人と人とのところが通いあう いのち守り支えあう葛巻」を基本理念に、学校や職場、関係団体（傾聴ボランティア「みんなの話」など）が協力し合いながら啓発活動や各種相談支援などに取り組んでいます。

健康問題や人間関係などのさまざまな社会的要因も、深刻な心の悩みの原因となることを認識し、自分や身近にいる人の心の不調に気づき、寄り添いながら、問題に応じた専門機関につなぐなど、適切に対処することで、あなたにとって大切な人の悩み事を取り除くことができるかもしれません。

- 主な電話相談窓口
- ▶健康福祉課☎65-8991
月～金（祝日、年末年始を除く）8時30分～17時15分
- ▶#いのちSOS☎0120-061-338
毎日24時間対応
- ▶よりそいホットライン☎0120-279-226
毎日24時間対応
- ▶いのちの電話☎0120-783-556
16時～21時 毎月10日は24時間対応（8時～）

自殺死亡率（10万人対）の推移と町の5カ年平均
葛巻町は、全国および岩手県平均を上回っています。



岩手県から無料講演会のお知らせ

家族だからこそ悩むあなたへ
「家族を支える方のための講演会」



県では、こころの不調やひきこもり、依存症などの問題を抱える人を支える家族向けに無料の講演会を開催します。

- ▶日時
- 10月15日(木) 14:00～16:00
- ▶場所
- 本会場:紫波町情報交流館（大スタジオ）
葛巻会場:くずま～る 3階 3ABC会議室
※本会場とオンライン中継

こころの健康づくり連絡会
自殺のない町の実現に向けて



▶情報の共有が行われた連絡会の様子

令和8年度葛巻町こころの健康づくり連絡会が8月7日、くずま～るで行われ、関係者15人が出席しました。

鈴木重男町長は「自殺をしない、させない取り組みについて皆さんから情報を共有していただき、自殺のない町の実現に向けて理解と尽力をいただきたい」とあいさつ。また、令和8年度から座長に任命された神谷ミツ子さん（浦子内）は「それぞれの立場から、さまざまなご意見をいただければ幸いです」とあいさつしました。その後、委員の皆さんは町の取り組みについて説明を受け、こころの健康づくりを進めていくことの大切さについて確認しました。

「はーとステーション花あかり」のご紹介



大切な人を自死でなくした遺族と遺族に心を寄せる人たちが思いを語り合う集いです。申し込みや会場などの詳細は、県ホームページをご覧ください。

▶開催予定日時

【盛岡市会場】9月19日(土) 13:10～15:10
【岩手町会場】10月17日(土) 11:00～12:30

- ▶講演テーマ
- 「家族のことで悩んでいる家族へのメッセージ～こころの不調、ひきこもり、依存症などのご家族を支える方へ～」
- ▶講師
- 盛岡市子ども未来部こども家庭センター 副所長 兼 統括支援員 山岸 公美 氏
- ▶申し込み
- QRコードの申し込みフォームまたは県央保健所に電話でお申し込みください。
図健康福祉課☎65-8991
県県央保健所☎019-629-6574