

5月 さつき 皐月 May				日	曜	主な行事	時間	場所	
1	火	サイレン点検日	正午	町内	19	土	全日本少年軟式野球大会町予選会 全国スポーツ少年軟式野球大会町予選会	13:00~ 15:00~	総合運動公園 //
2	水				20	日	第24回ゲートボール大会	9:00~	総合運動公園
3	木	憲法記念日			21	月	子育て相談 菊づくり教室①	9:00~11:30 13:30~	保健センター 城内小路
4	金	みどりの日 七滝まつり	12:00~	下冬部地区	22	火	子育てサロン 乳児健康診査・離乳食学級	9:00~11:30 13:30~	保健センター //
5	土	こどもの日 全日本児童軟式野球大会町予選会	9:30~	総合運動公園	23	水	乳児歯科健康診査	10:00~	保健センター
6	日	消防団規律訓練大会	8:30~	葛巻小グラウンド	24	木	親子スポーツ教室② なかよし広場 役場窓口延長	10:30~ 9:00~11:30 19:00まで	保健センター 保健センター
7	月	生活習慣病予防検診(旧冬部小学校区) 子育て相談	7:00~ 9:30 9:00~11:30	冬部小学校 保健センター	25	金			
8	火	生活習慣病予防検診(寺田・大沢・橋場・野中) 子育てサロン	7:00~ 9:30 9:00~11:30	橋場生活改善センター 保健センター	26	土	消防団消防操法競技会	13:00~	総合運動公園
9	水	生活習慣病予防検診(小苗代・中村) 3歳児健診	7:00~ 9:30 13:30~	江川農村センター 保健センター	27	日			
10	木	生活習慣病予防検診(五日市・山岸) なかよし広場 役場窓口延長	9:00~11:30 9:00~11:30 19:00まで	五日市生活改善センター 保健センター	28	月	子育て相談	9:00~11:30	保健センター
11	金	生活習慣病予防検診(城内小路・下町・江刈川)	7:00~ 9:30	保健センター	29	火	子育てサロン	9:00~11:30	保健センター
12	土	遊びと学びの子どもワークショップ② 第8回葛巻町植樹祭	10:00~ 10:30~	森と風のがっこう グリーンテージ周辺	30	水	国際チャレンジデー2007 各地区高齢者大学② なかよし広場	0:00~21:00 9:00~11:30	町内 町内 五日市保育園
13	日	生活習慣病予防検診(未受診者) 消防演習	7:00~ 9:30 7:30~	保健センター 葛巻小グラウンド他	31	木	なかよし広場 役場窓口延長	9:00~11:30 19:00まで	五日市保育園
14	月	子育て相談 やまどり号巡回	9:00~11:30	保健センター 江刈・北部	<b>6月 みなづき 水無月 June</b>				
15	火	子育てサロン やまどり号巡回	9:00~11:30	保健センター 五日市・馬淵	1	金	サイレン点検日	正午	町内
16	水	やまどり号巡回		小屋瀬・吉ヶ沢	2	土	平庭高原つつじまつり(〜3日)		平庭高原
17	木	なかよし広場 役場窓口延長	9:00~11:30 19:00まで	五日市保育園	3	日	安家森・遠別岳山開き登山 馬淵川源流祈願祭		
18	金	こころの健康相談 やまどり号巡回	14:00~16:00	保健センター 田代~茶屋場	4	月	子育て相談	9:30~11:30	保健センター
					5	火	子育てサロン 1歳6カ月~2歳児健診	9:00~11:30 13:30~	保健センター //
					6	水			
					7	木	なかよし広場 わくわくママさんレッスン 役場窓口延長	9:00~11:30 10:00~12:00 19:00まで	保健センター //



# 健康福祉ネットワーク

~みんなで作ろう健康くずまき~

平成18年度がん検診結果 (%)

検診名	受診率	昨年度比較	がん発見率
大腸がん	56.1	↑0.5	0.32
肺がん	43.8	↓2.7	0.00
胃がん	57.8	↑3.6	0.00
前立腺がん	56.4	↑1.0	0.38
子宮がん	20.6	↓5.7	0.00
乳がん	24.8	↓3.8	0.00

町では、がんの早期発見  
 早期治療のため毎年がん検  
 診(大腸がん、肺がん、胃  
 がん、前立腺がん、子宮が  
 ん、乳がん)を実施してい  
 ます。  
 昨年度の検診では、大腸  
 がんの発見が5人(発見率  
 0.32%)、前立腺がんの  
 発見が2人(発見率0.3  
 8%)となっております。  
 しかし、残念ながら受診  
 率は上がらず、左の表の結

まず受けて  
 次に伝えるがん検診

平成19年度がん征圧スローガン

果にとどまっています。  
 がんの発症は、日常の生活  
 習慣に大きな原因があること  
 から、食生活に気をつけ、禁  
 煙を実行するなど、がんにな  
 りにくい生活習慣を身につけ  
 ましょう。また、がんを発症  
 しても、早期発見・治療によ  
 り治癒率は高くなるほか、早  
 期発見により負担の軽い治療  
 を選ぶこともできます。  
 がんの早期には、自覚症状  
 がでることが少ないため、定  
 期的に検診を受けることが最  
 も重要です。  
 まだ、がん検診を受診して  
 いない方はどの会場でも受診  
 できますので、時間と場所を  
 19ページの広報カレンダーで確認  
 してお出掛けください。  
 ◆ 詳しくは、健康福祉課健康  
 係(☎内線一五九)へお問い  
 合わせください。

## はじめまして



玉 館 希 真 恵  
 保健師

4月から、保健師として働  
 いています。町民のみなさん  
 との会話を大切に、健康づ  
 くりのお手伝いができるよう  
 頑張りますので、よろしくお  
 願いします。

## がん予防のための8つの改善点

- 1 たばこは吸わない(喫煙者は定期的な喀痰検査が必要)
- 2 飲酒は適度な量で(日本酒なら1日1合、ビールは大瓶1本)
- 3 野菜、果物を400g以上取る(野菜は毎食、果物は毎日)
- 4 塩分の摂取は最小限に抑える(1日みそ汁2杯まで)
- 5 定期的な運動の継続(毎日60分程度の歩行など)
- 6 太りすぎない、やせすぎない体重の維持(※BMI 20以上27未満)
- 7 熱い飲食物は控える(熱い飲み物は冷ましてから飲む)
- 8 肝炎ウイルス感染予防の定期検診

※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

## 誕生日祝いプラン開催中



ご家族の誕生日には、くずまき高原牧場  
 シュクランハウスをご利用下さい!

宿泊コース、日帰りコース有り  
 ※オリジナルプレゼント進呈

くずまき高原牧場 焼肉ハウス

くずまき高原牛が 食べ放題!  
 高原牛カルビ  
 食べ放題セット  
 1人前 1,300円

ご予約・お問い合わせ くずまき交流館 プラザ  
 TEL: 0195-66-0555 FAX: 0195-66-0511