

10月は、「やまぐちピンクリボン月間」

11人に1人が、乳がん。

女性特有の病である乳がん―。

発症は40～50歳代がピークですが、早期発見・早期治療により、9割以上は治るといわれています。今回は、自らの乳がん治療を経て、市民の皆さんに向けて普及啓発活動・相談活動を行われている「防府リボンの会」のお二人にお話を伺いました。



まさか、自分が…。

検診の機会を先延ばしにしないで!!

私自身、乳がんがわかるまでは、「がんは人事」だと思っていました。自分では乳房のしこりに気がついていましたが、仕事もありすぐに受診できず、診断を受けた時は「やっぱりか」という思いと「まさか自分が」という気持ちでした。

誰しも昨日には戻れません。後悔のないように、検診の機会があれば、ためらわず勇気を出して、先延ばしにせず、受けましょう。

その為には、家族や周囲の理解と声かけも大切です。ぜひ、奥様やお母さん、ご友人に「検診を受けてね」と背中を押してあげてくださいね。



しめくたに みえこ
宿谷 三恵子さん

あなたの『健康』が、

家族にとって一番の幸せです

乳がんは、早期に発見することで早期治療につながり、健康を取り戻すことが可能です。

女性は、「家族」「家事」「仕事」を優先しがちですが、あなたの健康が家族にとって一番の幸せです。

家族は「第2の患者」とも言われていますが、あなたが「笑顔」であれば、家族も「笑顔」でいられます。

どうしても後回しになりがちな検診ですが、「健康である証をもらうため」に、ぜひ検診を受けましょう。



ひらかわ としこ
平川 俊子さん

もし、乳がんと診断されたら…

また、「乳がんかも？」と不安なときは…

一人で悩まないで、
一緒に考えましょう。

「防府リボンの会」では、毎月第4水曜に文化福祉会館で活動しています。

参加者の方のお話をお聞きし、悩み相談や他の相談窓口のご紹介を行っています。

事前申し込みは不要ですので、お気軽にお立ち寄りください。

防府リボンの会(乳がん患者とその家族の会)【予約不要】

活動日 毎月第4水曜 午後1時30分～3時30分 ところ 文化福祉会館

連絡先 宿谷 三恵子さん(☎090-4427-9485)

平川 俊子さん(☎090-6417-7708)



インフルエンザ予防接種のお知らせ



毎年、初冬から春先にかけて、インフルエンザの流行がみられます。インフルエンザはいわゆる「かぜ」に比べ、全身症状が強い疾患ですが、予防接種をすることで、重症化予防に有効といわれています。

下記『予防接種制度』対象者以外の方は、接種時期や料金など、かかりつけの医療機関にご相談ください。

- ワクチン接種後、抵抗力がつくまで約2週間かかります。**なるべく12月中旬までに予防接種を受けましょう。**
- 予防接種実施医療機関は、かかりつけ医にご相談いただくか、市保健センターにお問合せください。市ホームページにも掲載しています。

…接種を受けることができない人…

- 明らかな発熱のある人
- 重い急性の病気にかかっている人
- インフルエンザワクチンに含まれる成分により、アナフィラキシー（ショック症状、じんましん、呼吸困難等）を起こしたことがある人
- これまでにインフルエンザ予防接種を受けて、2日以内に発熱、全身性発しんなどアレルギーを疑う症状がみられた人
- 医師が不適当と判断した人

— 市の予防接種補助制度 —

対 象

① 満65歳以上の人

② 満60歳以上65歳未満の人で、次のいずれかに該当する人

- 心臓・じん臓・呼吸器機能の障害で1級
- ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害で1級または2級の身体障害者手帳を持っている人
- 上記と同程度の障害のある人

※いずれも、**予防接種実施日の年齢。**

実施期間 10月1日(月)

～平成31年2月28日(木)

接種回数 1回

持 参 品 保険証などの住所・氏名・年齢が確認できるもの

自己負担金 1,460円

(医療機関窓口でお支払いください。)

インフルエンザ予防接種は主に個人の重症化予防を目的とするため、法律上は接種を受ける努力義務はなく、本人が希望する場合に限り接種を受けることができます。

“乳がん検診”って、 こんなイメージがありますが…



——— 保健センター 保健師から



私も定期的に乳がん検診を受けています。初めは不安でしたが、思っていたほど痛くはなく、恥ずかしい気持ちよりも、安心の方が大きかったです。

ぜひ皆さんも、次の3ステップで「健康」と「笑顔」をつかみましょう！

1. 「未来」の自分のために、時間を作ろう！
2. 勇気を持って、申し込もう！
3. 定期的に検診を受けよう！

乳がん検診を受けるには

◆医療機関での検診

市内3医療機関で実施しています。電話で予約して受診してください。

実施医療機関	電話番号
おがさまレディースクリニック(植松)	26-1107
三田尻病院(お茶屋町)	22-1173
県立総合医療センター(大崎)	22-4411

◆集団(検診車)検診

と き 10月11日、11月15日、12月13日
平成31年1月17日、2月14日、3月14日
【いずれも木曜(午後)】

ところ 休日診療所【市保健センター隣】

申込み 市保健センター(☎24-2161)

※詳しくは、毎月の市広報15日号でお知らせします。

◆◆ いずれも ◆◆

- 対 象 職場等で検診機会のない**40歳以上**の女性(平成29年度に市の乳がん検診を受けていない人)
- 内 容 視触診とマンモグラフィ検査
- 受診費用 2,100円
- 持 参 物 平成30年度がん検診等受診はがき

問合せ 市保健センター(☎24-2161)