

# 健康だより

## 乳がんは、早期発見・早期治療により、高い確率で完治が期待できます

乳がんは、がんの中でも女性がかかる割合がトップであり、年々増加しています。生涯のうち乳がんになる女性の割合は12人に1人といわれており、乳がんで死亡する割合も増加傾向にあります。ご自身、ご家族のために、定期的に検診を受けましょう！

### 乳がんってどんな病気？

なりやすい年齢	40歳～50歳代
原因	エストロゲン(女性ホルモン)に長時間さらされること。 (授乳の経験がない方、早い初潮・遅い閉経の方は、高濃度(分泌量が多い)のエストロゲンに長期間さらされます) 肥満などの生活習慣の乱れ (エストロゲンの分泌増加につながります)
症状	乳房のしこり・えくぼのようなへこみ・皮膚のひきつれ・乳房周辺のリンパ節の腫れなど

### 乳がんの検査は何をするの？

マンモグラフィ検査	乳房を2枚の板にはさみ、圧迫してレントゲン撮影をします。しこりや石灰化といわれる状態を発見できます。(妊娠中や妊娠の可能性のある方はうけられません)
超音波検査	超音波を乳房に当て、はねかえってくる音波を画像化して診断します。小さなしこりを見逃さず、乳腺が発達している人や若い世代でもしこりを見逃しやすいです。

西原町の乳がん検診では、マンモグラフィ検査(対象:40歳以上の方)と超音波検査(対象:30代)を行っています。30歳以上の女性の方は個別検診(町指定医療機関)を受けることができます。  
※受診の際には「保険証」と「受診券」が必要です。



1人で悩まず、気になる変化や異変がみられたらすぐに専門の医療機関を受診しましょう。

【お問い合わせ】 福祉部 健康支援課 保健予防係 ☎945-4791

## 新しく「民生委員・児童委員」が加わりました

地域で生活上の悩みや福祉問題について相談を受けるなどの地域支援活動を行う民生委員・児童委員として新たに2名が委嘱されました。

悩みごとなどがあれば、お気軽にご相談ください。

※西原町の民生委員・児童委員は定数を満たしていません。随時募集していますので、関心のある方は福祉保険課(社会福祉係)までお問い合わせください。



棚原 ヤスダ ジュンコ  
安田 純子  
棚原 113番地の4  
☎946-7848



坂田 シマブクロ マサユキ  
島袋 政幸  
翁長 411番地の4  
東邦坂田マンション  
202号  
☎070-5819-3071

【お問い合わせ】

福祉部 福祉保険課 社会福祉係 ☎911-9163

## 母子保健推進員に新たなメンバーが加わりました。

母子保健推進員は、①乳幼児健診での身体計測、②健診未受診者への受診勧奨、③ベビースクールでの託児、④こんにちは赤ちゃん訪問事業などで活躍している、気軽になんでも相談できる「地域のママ友」です。



母子保健推進員としても、民生委員・児童委員としても地域のためにがんばります！  
棚原 ヤスダ ジュンコ  
安田 純子

【お問い合わせ】

福祉部 健康支援課 保健予防係 ☎945-4791

## 西原生まれ西原育ちのスタッフががんばっています!!

無料見積!! 無料相談!!

西原町リフォーム補助金制度交付金最高20万円

## 塗装・防水・補修 リフォーム工事の専門店!

建築士・自社職人のいるリフォーム店

〜真心込めて〜

ちゅら工房

TEL 098-945-7170  
西原町字兼久 261-2  
ちゅら工房 検索



# 昼間、忙しい方へ 18時からの特定健診がありますよ

昼間は仕事などで忙しい…土日も予定が入るので休日健診も予定できない…という方におすすめです。平日夜間の健診があるのを知っていますか。仕事終わりに、買物ついでにサンエー経塚シティーで受診してみたいはいかがでしょうか。

日程	毎月第2木曜日
健診受付時間	18:00～20:00
定員	20名(先着順・要予約)
健診場所	サンエー経塚シティ1階
予約専用電話	☎0120-861-109 (9:30～12:00、13:00～17:00)

◆予約される際は、保険証をお手元にご準備ください。



次回の役場での  
集団健診はいつ?

月 日	予約受付期間
12月10日(日)	11月20日(月)～11月21日(火) 予約先: 沖縄県健康づくり財団 ☎889-6492 (8:30-16:00)

【お問い合わせ】 福祉部 健康支援課 保健予防係 ☎945-4791

## 保健カレンダー

	事業名	月日	曜日	対象者	受付時間	場所
子ども	全行政区の方が対象です	10月8日	日	生後9か月～生後10か月児	9:00～9:45	西原町役場保健センター
	乳児一般健診(午後)	10月8日	日	生後4か月～生後5か月児	13:00～13:45	
	3歳児健診	10月19日	木	3歳3か月～3歳5か月児	13:30～14:15	
	1歳半健診	10月26日	木	1歳7か月～1歳8か月児	13:30～14:15	
大人	集団健診(※要予約)	10月1日	日	全行政区の方が対象です	8:00～10:00	

★生後9ヶ月から11ヶ月ごろのお子さんに絵本をプレゼントする「ブックスタート事業」を同時に実施しています。(対象者には個別で通知しています)

医療法人 和み会

# 城間 医院

西原中学校向かい  
電話: (098) 945-4551

内科

生活習慣病、胃・大腸カメラ、肝臓病、特定健診、予防接種 など

心療内科・精神科

心の不調、うつ、睡眠障害 など