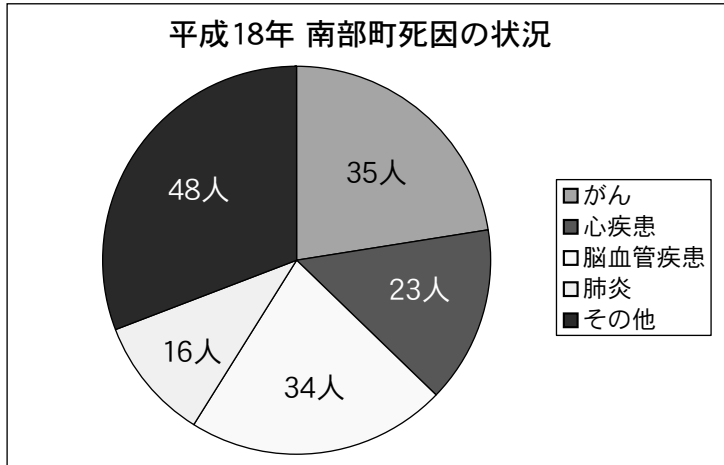


# がん検診を受けましょう

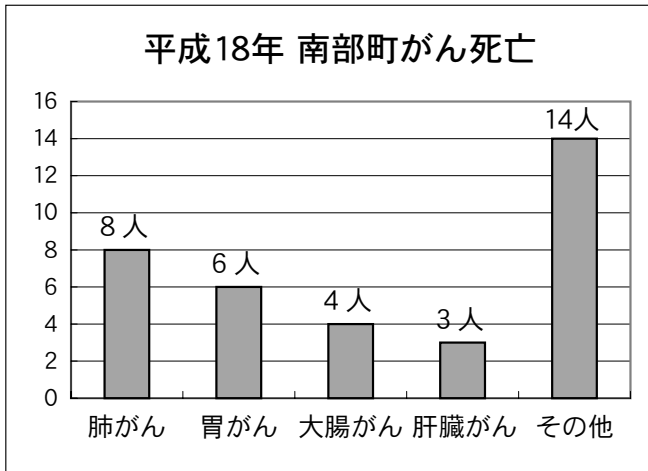


## 南部町の死亡原因のトップはがん

平成18年の南部町の死亡者数は、156人でした。死亡原因のトップは、がんで35人の方が亡くられています。



## 増えている肺がん、まだまだ多い胃がん



平成18年のがん死亡者は35人です。肺がんが8人、胃がんが6人、大腸がんが4人、肝臓がんが3人の方が亡くられています。近年、肺がん、大腸がん死亡が増加傾向です。

## 生活習慣改善でがん予防をがん予防12か条

がんの発生は、生活習慣の改善で6割は予防できるといわれています。国立がんセンターは、がん予防12か条で生活習慣改善を呼びかけています。

- ① バランスのとれた栄養をとる
- ② 毎日変化のある食生活をする
- ③ 食べすぎをさけ脂肪は控えめに
- ④ お酒はほどほどに
- ⑤ たばこは吸わないように
- ⑥ 食べ物で適量のビタミンをとる
- ⑦ 塩辛いものは少なめに、熱いものはさまして
- ⑧ 焦げた部分はさける
- ⑨ カビの生えた物に注意
- ⑩ 日光に当たり過ぎない
- ⑪ 適度にスポーツをする
- ⑫ 身体を清潔に

## がん検診を受けましょう

南部町では、胃がん、大腸がん、子宮がん、乳・甲状腺がん検診を集団検診と町内医療機関で実施しています。

## 集団検診日程

日時	会場	検診内容
9月2日(火) 8:00~10:00	総合福祉センター いこい荘	胃・大腸・肺・乳甲状腺子宮がん 検診、特定健診等
9月3日(水) 8:00~10:00	健康管理センター すこやか	胃・大腸・肺・乳甲状腺子宮がん 検診、特定健診等
10月8日(水) 8:00~10:00	南部町公民館 あいみ分館	胃・大腸・肺・乳甲状腺子宮がん 検診

各検診受診票、健康手帳、受診料を持ってお越しください

今年度まだ受診をされていない方は、ぜひ受診してください。  
※ 乳がん検診は、2年に1回受診してください。今年は偶数年生まれの方が対象ですが、昨年受診されていない方は受診してください。