

早くみつけて、早く治す

がんという病気

「がん」とは？

がんは細胞の遺伝子の変異によって起きる、遺伝子の病気です。

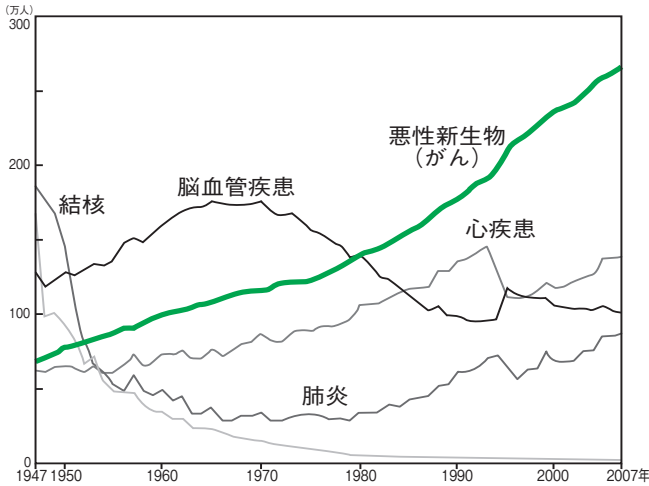
私たちの体は、60兆個もの細胞によって成り立っています。細胞の一つ一つには、約3万個の遺伝子があるといわれていますが、この中の「がん遺伝子」や「がん抑制遺伝子」と呼ばれる遺伝子に傷がつくと、細胞ががん化し、細胞は無秩序に増え始めます。この細胞の集団が「がん」です。

がんは死因のトップ

日本人の死亡率の推移を死因別にみると、がんは昭和56年から死因の第1位となり、亡くなる方の3人に1人が「がん」によるものです。

がんの主な発生部位をみると、男性では肺がんが、女性では大腸がんが最も多くなっています。

日本の主要疾患別死亡率の推移（昭和2年～平成19年）



ます。これは、喫煙、食生活の欧米化をはじめ、生活環境の変化が影響しているのではないかと考えられています。

検診で早期に見つける

がんは初期においてはほとんど自覚症状がありません。痛みや出血、腫れなどの症状が出た時には、

市の検診を

利用しましょう

10月以降、市ではみらい健診②（予約不要・胃がん検診なし）と、婦人科検診を実施します。

がんの早期発見のため、がん検診を受診しましょう。日程など、詳しくは、「平成22年度健康管理予定表」をご覧ください。また、がん検診は、自覚症状のない方が対象です。自覚症状のある方は、直接医療機関を受診してください。

健康増進課 ☎25・2100

【9月スケジュール】

講習・教室	期日	開始時間	使用料
健康増進室 利用講習会 (1時間30分程度)	1日(水)	午後6時30分	無料
	7日(火)	午前9時	
	12日(日)	午後1時	
	18日(土)	午後1時	
肩こり・腰痛体操 (40分程度)	1日(水)	午前11時	100円
	8日(水)		
	15日(水)		
	22日(水)		
チューブ運動 (30分程度)	2日(木)	午前11時	100円
	9日(木)		
	16日(木)		
※2 バランスボール (1時間程度)	30日(木)	午前11時	100円
	3日(金)		
	10日(金)		
	17日(金)		
	24日(金)		

◎ミニ教室※2の使用料には、健康増進室使用料を含みます。

健康増進室の利用について

- 火・土…午前9時～午後8時30分
 - 日曜日…午前9時30分～午後7時30分（月曜日休室）
 - 料 金…1回あたり100円（免除制度あり）
- ※初めて健康増進室を利用する場合は、事前に「健康増進室利用講習会※1」を受けてください。

ご利用ください！健康増進室

- ※1 健康増進室利用講習会
 - 対象者…市内在住・在勤・在学者で16歳以上の方
 - 定員…各日8人（予約制）
 - 申し込み方法…健康増進課（谷和原保健福祉センター内）まで、電話または窓口で直接お申し込みください。申し込みは、本人、家族のみです。
 - ※2 ミニ教室
 - 対象者…健康増進室利用講習会を受けたことのある方
 - 定員…各日20人（予約制・定員になり次第締め切り）
 - 申し込み方法…電話でお申し込みください。申し込みは、本人、家族のみです。（都合により、休講または変更する場合があります）
- 《申込期間》8月26日(木)から受け付けます。月・金(土、日、祝日を除く)午前8時30分～午後5時15分
- 健康増進課 ☎25・2100