

健康 知って得情報

がん検診の実際

(担当：保健福祉課)

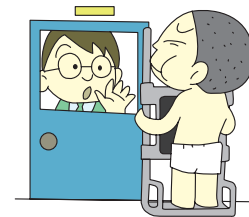
日本の死亡原因の第1位は、昭和56年から「がん」です。本町の死亡原因も同様に1位はがんで、約3人に1人が、がんで亡くなっています。がんによる死亡者数を減少させるためには、がんの早期発見・早期治療が大切です。

【胃がん検診】
胃がん検診は、胃バリウム検査により実施します。検査の前に、発泡剤を少量の水で飲んだ後、バリウムを飲み、撮影台の上で体の向きを変えながらレントゲン写真を撮ります。検査により、胃全体の大きさや、食道、胃、十二指腸の状態を見ることが出来ます。

胃がん以外に潰瘍やポリープなども発見できます。

【肺がん検診】

肺がん検診は、大きく息を吸った後、数秒息を止め、胸のレントゲン写真を撮ります。肺がんのほか、肺炎、心肥大、肺結核などが分かります。なお、50歳以上の方で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が60以上の方は、喀たん検査を行います。喀たん検査は、3日分のたんを提出し、はがれ落ちた肺がんの細胞が混ざっていないかを調べます。



【大腸がん検診】

大腸がん検診は、2日間分の便の一部を容器に入れて提出するだけの簡単な検査です。大腸がんやポリープなどがあると、その部分をこするようになり、便が通過するため、わずかな出血の有無を調べることが出来ます。

しかし、この検査だけでは大腸がんがあるかを判断できないため、陽性と判定された場合は、精密検査が必要です。

【前立腺がん検診】

前立腺がん検診は、血液検査により実施します。血液中のPSA(前立腺特異抗原)という、前立腺に特異的に存在するタンパク質の値を調べます。PSAは、正常な時も前立腺から血液中に少しずつ流れています。前立腺がんがあるとPSAが高くなることから、がんの可能性を見つけることが出来ます。

しかし、前立腺肥大症や前立腺炎でもPSAが高くなる場合があるため、値が高い時は、精密な検査が必要です。

【がん検診を受けよう！】

春の集団健診では、特定健診とあわせてこれらのがん検診を受けることが出来ます。また、がん検診のみの受診も可能です。申込みは、5月23日(金)までです。自分のため、そして大切な家族のために、1年に1回がん検診を受けましょう。

新十津川 農業高校通信

H26.5 No.74 農生会会長として

私が農生会会長になってから、約半年が経ちました。日々、会長の仕事の難しさを感じながら、とてもやりがいがあると実感しています。初めは自分が会長として何をやっていけばいいのかわからず、苦労しました。ですが、いろいろな先生方のご指導や、農生会の人々に支えられながら頑張っています。仕事はともかく、多岐にわたっていますが、各委員にも手伝ってもらいながら毎日みんなまでコツコツこなしています。

今年から、各専門分会長と月に1回会議を持つことにしました。会議では、販売会などの行事がどういったらもつとよくなるかなどを考えます。このように仲間と計画し、取り組む時がとても充実している時間です。このような時間を経験できるのは、農生会という役員に選ばれたからこそだと強く思います。

今年度の最初の仕事は、4月10日に行われた新入生との対面式でした。その準備のため、春休み中に登校し、学校を紹介するVTRの撮影、行事紹介のスライドなどの作成にあたりました。そのかいあって、本番はいくつか反省点もありましたが、特に大きなミスもなく、自分たちの役割を果たし、とてもスムーズに進めることができました。事前準備の大切さを学んだので、これからは余裕を持ち、仕事をしていきたいと思っています。

今まで先輩たちが築きあげたものに、さらに私たちがなりの工夫をプラスして、みんなの笑顔が輝く学校「スマイル新農」を目指します。

3年 生田目 大暉



おすすめ ライブラリー



問合せ 図書館 ☎76・3746
http://db.net-bibai.co.jp/SHINTO2/
蔵書検索と図書館だよりは
ホームページからもご覧いただけます

《5/15~6/14の休館日》

月曜日 : 5月19日、26日
6月2日、9日
月末整理日 : 5月30日(金)
蔵書整理休館 : 6月10日(火)~13日(金)

CD



『落語決定盤 立川談志ベスト』(CD) 立川談志 著
落語の粋を超える鬼才、立川談志による爆笑・至芸を厳選したCDです。「五貫裁き」「二階ぞめき」「権兵衛狸」他、「らくだ」の完演バージョンも収録。当館所蔵のCDは、本と同様に貸出もできます。(140分)

児童



『お米が実った! 津波被害から立ち上がった人びと』 小泉光久 著
東日本大震災の津波で海水をかぶった田にはたくさん塩が残った。家を奪われ、少ない食べ物を分け合う中、農家は必死の思いで田植えを行った。奇跡をふり返るノンフィクション。

一般



『わが子のスマホ・LINEデビュー 安心安全ガイド』 小林直樹 著
ネット依存や架空請求詐欺、ウイルス、LINE疲れといったスマートフォンならではのトラブルから子どもを守るためのガイドです。設定や対策、ルールなどを解説します。

空知教育局から町教育委員会事務局に派遣され、社会教育主事として働く齊藤伸一さんのコラムです。

スポーツコラム「齊藤さんがゆく。」

本町にも、ようやく桜前線が北上してきました。気持ちの良い季節です。小学校では、そろそろ運動会の練習も始まる頃でしょうか。

運動会といえば、徒競走が付き物ですね。運動会に向け、休日などに保護者の皆さんがお子さんに走り方を指導(いわゆる特訓)されているご家庭もあるかと思いますが、一般的に短距離走の正しいと言われているフォームを一生懸命教え込んでも、お子さんの足は思ったように速くならず、「教え方が悪いのだろうか?」「この子は覚えが悪いのだろうか?」なんて悩んだ方もいるかと思いますが、

最近、メディアで平成22年度JOC(日本オリンピック委員会)強化スタッフの廣戸聡一さんという方を見かけることが何度かありました。廣戸さんは、「4スタンス理論」を提唱し、ジャンル、プロ・アマを問わず数多くのアスリートのコンディショナーとして活躍されてきた方で、著書も多数出されています。

「4スタンス理論」とは、人には運動軸の置き方

が4種類あり、誰もが先天的にいずれかに当てはまるとともに、自分のスタンス(タイプ)に適切な動きをすることで、運動能力を最大限発揮できるという理論です。

この理論に基づくと、超一流のアスリート、例えばイチロー選手と王貞治選手のフォームの違いをも証明できるのだそうです。言い換えると、画一的な指導や練習法では、本来の運動能力を発揮できず、上達に支障が生じてしまうこともあるということなのです。

私は、この理論を知り、ぜひ検証してみたいと思いました。そこで、教育委員会で隣に座っているYさんを被験者とし、実験を行いました。彼は、野球を中心に、スポーツは得意ですが、成人してから鉄棒の「逆上がり」がなぜかできなくなり、悔しい思いをしているそうです。さて、Yさんは、「できた」喜びを味わえるでしょうか?

(次号に続く)