



よくわかる！ 糖尿病教室 のお知らせ

糖尿病と言われた方、そのご家族の方、糖尿病のことを知りたい方は、どなたでも参加できます。

日時 11月10日(土)
9:00~12:00

場所 大田病院
ダイケア室

参加費 500円
(当日お支払い下さい)

プログラム

- 糖尿病とは 澤浦医師
- 運動療法について 運動療法士
- 生活について 看護師
- 薬について 薬剤師
- 食事について 栄養師

申し込み方法

大森中診療所・各階受付にお申し出ください。

*当日は運動もありますので、動きやすい服装でおいでください。

大森中診療所
☎ 6404-2301
担当：杉原まで

(^_^) 健康こそ一番の財産 (^_^)

健診・健康チェック運動を呼びかけます

~組合員・家族・お知り合いに声をかけて“健康づくりの輪”を大きくひろげましょう!~

その1 自治体(無料)基本健診を活用しましょう!

大田区: 65歳以上の方は既に4月から始まっています。65歳未満(40歳以上)の方は7月から開始です。
品川区: 1年中可能です。

- ☞ポイント *ご自分の誕生日に受けるように心がけると、毎年忘れずにできるのではないのでしょうか?
- *受診票をお忘れなく。ご不明な点は各自治体か協力医療機関窓口にお問い合わせください。
- *自治体では、「各種がん検診」も実施しています。有料のもの、期間限定のものなどさまざまですのでよくご確認ください。



大田区 保健事業係 ☎ 5744-1265

品川区 健康課 ☎ 5742-6743

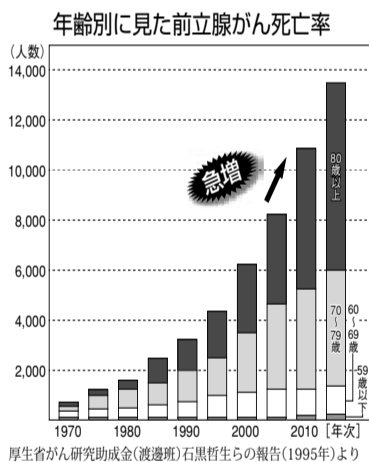
その2 大腸がんスクリーニング検診(便潜血検査)を普及しましょう!

大田区: 「自己採取」「郵送方式」「1,000円」の生協独自チェックをやってみましょう!(自治体検診は9~11月のみ)。
品川区: 希望するだけで、基本健診と同時に1年中可能です。品川区は受診率が減少してきています。積極的にひろめましょう。
☞大腸がんは、男女問わずとも増えてきている“がん”です。そして「手遅れで見つかる」方の多い“がん”でもあります。“捨てるウンチで、拾ういのち”をキャッチフレーズに、40歳以上の方には根こそぎ普及していきましょう!



城南保健生活協同組合 大田区大森中1-22-1 ☎ 03-3762-0266

その3 50歳以上の男性に、前立腺がんスクリーニング検診(血液検査)をおすすめします



大田区: 要求運動が実って、今年度より60歳の男性の方にのみ自治体検診として前立腺がん検査が新設されました。医療機関で基本健診受診時に希望すれば無料でできます。それ以外の男性の方にも、検査を強くおすすめします。協力医療機関では、市価の半額(税込み1,680円)でできます。

品川区: 自治体として55歳以上の男性区民に500円で実施しています。基本健診と同時にできます。

☞日本人男性に“爆発的に”増えているのが、この前立腺がんです。血液検査で簡単にできるPSA検査をぜひ受けてください。残尿感、頻尿など、今までと少し違うと感じたら、大森中診療所泌尿器科外来にどうぞ。



その4 女性のみなさんへ!! 大森中診療所では乳がん(マンモグラフィ)、子宮がんの検査ができます

働き盛りの女性への乳がん、20歳からの若い女性への子宮がんが増えています。支部や班で話し合っ、みんなで誘い合っ検査予約をしましょう。

Q. マンモグラフィとは??

A. 乳房専用のX線撮影検査です。乳房を片方ずつ、X線フィルムを入れた台と透明なプラスチックの板ではさんで、乳房を平らにして撮影します。圧迫する際にやや痛みをとまう場合があります。大森中診療所ではすべて女性技士が対応しています。

Q. 子宮がん検査は、どんな検査をするのですか??

A. 婦人科医師による「擦過細胞検査」を行います。子宮頸部の表面から綿棒などでこすりとった細胞を顕微鏡で調べます。早期発見に極めて有効な検査で、アメリカでは8割の女性が検査して死亡率が減少しています。対して日本では15%程度の極めて低い受診率にとどまっています。

大森中診療所 ☎ 6404-2301 要予約

城南保健生活協同組合 大田区大森中1-22-1 ☎ 03-3762-0266

「城南の保健」 手配りボランティア募集

城南の保健は組合員と協力医療機関、事業所職員のボランティアによって、手配りで配達されています。この間、ボランティアの方の病気療養等で、少ない数の郵送をしています。配る部数は1人20部を目安にしたいと思います。皆さんのご協力をお願いします。

旗の台1丁目	11件	八潮5丁目	11件	上池台4丁目	17件
二葉1丁目	64件	東六郷2丁目	7件	中央7丁目	10件
東品川1~4丁目	13件	東六郷3丁目	66件	北千束1~2丁目	15件
南品川5丁目	10件	南六郷3丁目	14件	久が原5丁目	7件
東大井5丁目	19件	西六郷1丁目	24件	千鳥1丁目	14件
南大井6丁目	18件	仲六郷1~4丁目	43件	大森西2丁目	52件
北品川2~4丁目	20件	多摩川1~2丁目	21件	大森西3丁目	13件
勝島1丁目	5件	池上1~4丁目	50件	蒲田1丁目	38件