

～健康づくり講演会～

肺がん予防は禁煙が第一

肺がんは、喫煙との関連が強いがんで、日本人のがんの部位別死亡率第1位です。

たばこを吸わない人に比べて、たばこを吸う人は4～5倍肺がんで亡くなるリスクが高くなり、たばこを吸う年数、本数が多いほど肺がんになりやすいという研究結果が出ています。また、たばこは喫煙者本人のみならず、周りの人（受動喫煙者）の肺がんリスクも上げてしまいます。

専門医のお話を聴き、禁煙や、ご自身とご家族の健康について考える機会にしませんか。

参加費無料

講演前に市内の肺がん経験者によるミニ講話（体験談）があります。
禁煙をお考えの人や家族に禁煙を勧めたい人など、ぜひご参加ください。

※要約筆記があります。

▷日時 9月12日（水）午後2時30分～午後4時（受付午後2時～）

▷場所 ゆめトピア長船

▷講師 川井治之氏（岡山済生会総合病院 診療部長（内科）、
がん化学療法センター長）

▷演題 「肺がん予防は、禁煙が第一」

▷対象 瀬戸内市在住の人

▷定員 140人（定員になり次第、締め切ります）

▷申込方法 電話またはFAXで住所、氏名、電話番号（FAX番号）をご連絡ください。

▷申込期限 9月11日（火）＜受付は午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日を除く）＞

☎健康づくり推進課 ☎0869-26-5961 FAX 0869-26-8002



9月24～30日は「結核予防週間」

結核肺がん・大腸がん未受診者検診
を実施します

市では、次のとおり結核肺がん・大腸がん未受診者検診を実施します。

今年度、結核肺がん検診・大腸がん検診を受けていない人は、この機会を利用して受診しましょう。

大腸がん検診は事前に専用容器の準備が必要です。
検査容器は、牛窓支所、牛窓町公民館（分館を除く）、
市役所（市民課）、中央公民館（邑久）、裳掛出張所、
ゆめトピア長船、長船町公民館（分館を除く）で配布
しています（容器代無料）。

検診内容・検診費用など、詳しくは健康づくりガイド
（広報せとうち3月号に折り込み）を確認するか、
健康づくり推進課までお問い合わせください。

▽結核肺がん・大腸がん未受診者検診 日程表

月日	受付時間	場所
10月 17日 (水)	9:30～10:00	ゆめトピア長船
	11:00～12:00	中央公民館（邑久）
	14:00～14:30	牛窓体育館
	15:15～15:30	裳掛コミュニティセンター

いつまでも安心して暮らせる瀬戸内市に
～9月は世界アルツハイマー月間～

国際アルツハイマー病協会と世界保健機関（WHO）は共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心にアルツハイマー病などの啓発をしています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、本人や家族への施策が充実されることを目的に、日本各地でもイベントやライトアップなどさまざまな取り組みが行われています。

認知症の人が住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けるために、みんなで認知症について理解を深めていきましょう。

認知症 正しい理解で 広がる輪
～まずは 笑顔で声掛けから～

あなたもサポーターに！ 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、何か特別なことをするわけではありません。認知症について正しい知識を持って、認知症の人や家族の気持ちを理解して、地域や職場で見守り、応援する人のことです。

養成講座は、地域の団体や職場、グループなどで気軽に開催することができます。講座の開催を希望する場合は、瀬戸内市地域包括支援センターまでご相談ください。

認知症は早期発見・早期対応が大切です

認知症の症状でお困りになったら、まずは
瀬戸内市地域包括支援センター認知症相談窓口にご相談ください

身だしなみを構わなくなった

約束の日時や場所を忘れてたり、間違えたりするようになった

財布や鍵、通帳などしまった場所が分からなくなる

地域の集まりなどに参加しなくなり、閉じこもりがちになっている

同じことを何度も聞く、繰り返し話す

市では、認知症の人やその家族を早期に支援するために、トータルサポートセンターに「認知症初期集中支援チーム」を設置し、支援チームによるサポートをしています。チーム員は、認知症サポート医の医師と保健師です。

支援チームは、かかりつけ医や専門医、「認知症相談窓口」の瀬戸内市地域包括支援センターなどと連携しながら、ご本人やご家族の状況に応じて、日常生活の支援などを一緒に考えていきます。



【相談・問い合わせ先】

- ・瀬戸内市地域包括支援センター（邑久町山田庄 862-1、瀬戸内市総合福祉センター内）
☎0869-24-0001 FAX 0869-24-0061
- ・トータルサポートセンター（邑久町山田庄 845-1、瀬戸内市民病院内）
☎0869-22-3800 FAX 0869-22-3801