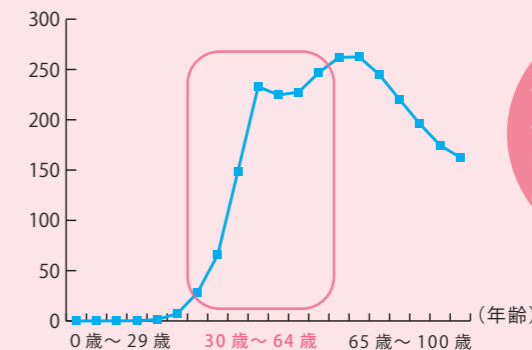


10月は ピンクリボン月間（乳がん月間）です



女性の乳がん年齢階級別罹患率（2019年）
（人口10万人当たり人）



30歳後半から急増し、30～64歳の世代で乳がんは女性のがんによる死亡数の1位です。

出典：公益財団法人がん研究振興財団「がんの統計2024」

国立研究開発法人国立がん研究センターによる統計では、2019年に乳がんと診断された人は97,812人で、乳がんは女性のがんで最も多いがんです。

乳がん罹患率は30歳後半から急増し、働く世代・子育て世代の比較的若い世代もかかるがんです。

仕事や子育てで忙しい時期でも、自分の健康と家族のために乳がんの知識を深め、検診を受診しましょう。

ご存知ですか？

ブレスト・アウェアネス「乳房を意識する生活習慣」

乳房の状態に日頃から関心を持つことは、乳がんの早期発見・診断・治療に繋がる大切な生活習慣です。

1 自分の乳房の状態を知る

日頃から「自分の乳房の状態を知る」ことがブレスト・アウェアネスの第一歩です。入浴や着替えの際、自分の乳房を見て、触って通常の状態を覚えておきましょう。

2 乳房の変化に気をつける

乳房のしこり、皮膚のくぼみやひきつれ、乳頭からの分泌物、乳輪のびらんなど、乳房の変化に気をつけましょう。



3 変化に気づいたらすぐに医師へ相談を



乳房の変化に気づいたら次回の検診を待つことなく、医療機関を受診しましょう。

4 40歳になったら1年に1回乳がん検診を受けましょう

科学的根拠のあるマンモグラフィ検査を受けることが大切です。検診で「異常あり」という結果だった場合は必ず精密検査を受診しましょう。

子宮頸がん・乳がん検診

今年度受診していない人は、この機会に集団検診または個別検診を利用して受診しましょう。

	集団検診	個別検診
実施日・期間	令和6年11月4日（月・振休） 受付時間 9：30～11：30 定員：子宮頸がん60人、乳がん80人	瀬戸内市民病院：令和7年1月末まで 岡山市内の医療機関：令和6年12月末まで
実施場所	ゆめトピア長船	受診を希望する医療機関
予約方法	申込受付開始日時 10月1日（火）8：30～ 申込方法①：電話、FAXで申し込む 健康づくり推進課へ電話またはFAXでお申し込みください。 ☎0869-24-8031 FAX 0869-24-8081 申込方法②：インターネットで申し込む 下記URLまたは二次元コードを読み込んでアクセスしてください。 https://5fb78cac.viewer.kintoneapp.com/public/ がん検診予約一覧	受診を希望する医療機関に直接電話予約をしてください。  医療機関一覧はこちらから 

瀬戸内発見伝

巻之百五十五

踏査で見つけた新たな遺跡

市内の遺跡踏査活動

瀬戸内市には、古墳や集落跡、城跡、貝塚といった多種多様な遺跡が約980件あります。市では、これらの遺跡の現状確認および新たな遺跡の発見を目的とした踏査を行っています。

踏査とは、実際に現地に行き調べることで、踏査は、主に山の状態が見やすい冬季に行います。市では毎年行っており、昨年度は地元協力を得ながら、5回の踏査を実施し、8基の古墳を新たに発見しました。

本稿では、昨年度の踏査で発見したものを紹介します。



油杉山古墳出土円筒埴輪片

油杉山古墳周辺踏査

昨年度、地域住民から油杉山古墳上に埴輪があったと連絡を受け、長船町磯上の油杉山とその北東にある大師山を踏査しました。

踏査では、既に存在が知られている古墳2基を確認し、新たに古墳4基を発見しました。



大師山二号墳石室内部

で寒風陶芸会館で展示しています。

また、地域住民から周辺に古墳があると情報を得て、周囲の踏査を実施したところ、新たに4基の古墳を発見しました。発見された古墳は、いずれも径約10～15メートルの円形に土を盛った円墳で、所在地から油杉山三号墳・四号墳、大師山一号墳・二号墳と命名しました。中でも大師山二号墳は、周囲の円墳と比べても石室が長大であり、地域で権力を持っていた被葬者の存在が考えられます。

大坂城築城残石群

牛窓町の前島には、江戸時

代初期に徳川家により再建された大坂城の石垣のために切り出した石切場の遺跡があります。これまでの調査で島内にA～D地区の4カ所の石切場跡が確認されており、特にA地区は地元により管理され、石を切り出していた様子を見学することができます。

今回の踏査では、地元の協力を得ながら、石を割るために「矢穴」の痕が見られる「矢穴石」の位置を記録していただきました。その結果、現在知られている石切場の外にも矢穴石が広がっていることが確認できました。



矢穴石