



10月のがん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間です

がん検診は受診しましたか？

健康福祉課健康増進係
(☎0256-72-8380)

国民の2人に1人はがんになり、3人に1人はがんで亡くなっています。初期のがんは症状がありません。早期発見・早期治療のため、がん検診を受けましょう。

がん検診受診で早期発見！

検診で見つかった場合と自覚症状が出てから見つかった場合とでは、がんの5年生存率は大きく異なります。



※相対生存率であるため、100%を超える場合があります
出典：新潟県のがん登録 (令和元年標準集計)

10月以降の集団がん検診日程

今年度の集団がん検診もあと残りわずかです。

肺がん集団検診 (予約不要)

| 期 日 | 受付時間 | 予約開始日 |
|------------|------------|----------------------|
| 10月16日 (月) | 午前9時～11時 | 巻地域保健福祉センター |
| | 午後1時半～3時 | 西川健康センター |
| 10月24日 (火) | 午前9時～同30分 | 潟東健康センター (潟東ゆう学館向かい) |
| | 午前10時半～11時 | 中之口地区公民館 |
| | 午後1時半～2時半 | 岩室健康センター (岩室出張所の裏) |
| 11月9日 (木) | 午前9時～11時 | 巻地域保健福祉センター |
| | 午後1時～2時半 | |

胃がん集団検診 (要予約)

| 期 日 | 会 場 | 予約開始日 |
|-----------|-------------|-----------|
| 10月20日(金) | 西川健康センター | あす2日(月) |
| 11月6日(月) | 巻地域保健福祉センター | 10月16日(月) |

※各予約開始日～検診日2日前までに電話で労働衛生医学協会 (☎025-370-1800)へ
※予約受付時間：平日午前9時～午後4時半

乳がん集団検診 (要予約)

| 期 日 | 会 場 | 予約開始日 |
|-----------|-------------------------------------|-----------|
| 10月14日(土) | 巻地域保健福祉センター | 予約受付中 |
| 10月23日(月) | 巻地域保健福祉センター(午前のみ) 西川健康センター(午後のみ) | |
| 11月20日(月) | 巻地域保健福祉センター | 10月20日(金) |

※各予約開始日～検診日2日前までに電話で市役所コールセンター (☎025-243-4894)へ
※予約受付時間：午前8時～午後9時



受診時は、「令和5年度 新潟市受診券」と「健康保険証」を持ってきてください。
※胃がん検診・乳がん検診は委託医療機関でも行っています。詳しくは「検診いっ得」や「市ホームページ」をご覧ください

連載

こんにちは！コミュニティ協議会です④

地域総務課企画・地域振興グループ (☎0256-72-8156)
西蒲区にある9つのコミュニティ協議会、それぞれの取り組みを連載で紹介いたします。

峰岡地区コミュニティ協議会

みんなの手で住みやすい郷土づくり



▲健康づくり教室

【峰岡地区コミュニティ協議会概要】
峰岡地区は角田山の東側山麓にあり、地域を縦断している旧北国街道沿いには、多くの史跡や文化財が点在しています。また、自然豊かな田園地帯で、良質な米、おけさ柿、いちじくなどの有数の産地です。

今年度の主なイベント

幕末の長岡藩教育の故事「米百俵」の精神を守り伝える歴史パレードへの参加、学習会の実施。健康寿命延伸に向けた健康づくり教室、さわやか体操、カーリンコン競技。北国街道クリーン作戦。

【地域の皆さんへ】

これからも豊かな自然と文化を活かした、住みやすい峰岡地区づくりを進めていきます。
まちづくりに関心がある人は、ぜひ一緒に活動しましょう。

峰岡地区コミュニティ協議会事務局 (☎0256-73-4055)

大人カレッジ「ほぐして伸ばす～椅子ヨガ」

運動が苦手な人、体が硬い人も気軽に取り組める椅子ヨガです。ぜひ参加してみませんか。

昨年度 同講師開催の「イスに座って楽ちんヨガ」参加者の声
・足のマッサージがとても良かった。体が整った。
・テレワーク続きだったため、参加して久しぶりに体の中からリラックスできた。体がほぐれる感じで、気持ちよく過ごせた。



| 期 日 | 内 容 |
|------------------------|--|
| 11月1日(水) 午前10時～11時半 | 前半 セルフマッサージ&ほぐし体操で、固まっている体をゆっくりほぐします。心も体も緩めましょう！ |
| 11月8日(水) 午前10時～11時半 | 後半 体を気持ちよく伸ばし、ゆったりとした呼吸でポーズを味わいます。難しいポーズはありません！ |

場 巻地区公民館
講師 樋口千鶴さん (フィットネスインストラクター)
※市内在住の18歳以上の人 先着20人 (2回とも参加できる人を優先)
持ち物 飲み物、ヨガマット (またはバスタオル)、フェイスタオル、上着など羽織るもの (換気を行うため)
その他 動きやすい服装で来てください
※10月4日(水)～10月23日(月)までに電話で巻地区公民館 (☎0256-72-3329)へ (氏名・住所・電話番号をお知らせください)
※受付時間：祝日を除く月曜～金曜の午前9時～午後5時

骨粗しょう症予防相談会 (要予約)

日 11月8日(水)

①午前9時40分、②午前10時10分、③午前10時40分、④午前11時10分、⑤午後1時10分、⑥午後1時40分、⑦午後2時10分

場 巻地域保健福祉センター

内 骨粗しょう症予防のための生活相談、骨密度測定 (かかとを素足で測定)

人 市内在住の18歳以上の人 各回先着8人 ※骨粗しょう症で治療中の人を除く

申 10月5日(木)から電話で市役所コールセンター (☎025-243-4894)へ

問 健康福祉課健康増進係 (☎0256-72-8380)

道路にはみ出している庭木の管理について

自宅の庭木の枝などが道路にはみ出していると、自動車や自転車、歩行者の通行に支障をきたすだけでなく、接触などによる事故の恐れがあり、大変危険です。

民法の規定により、道路にはみ出している庭木の影響で車両や歩行者に危害が及んだときには、庭木の所有者に責任が発生し、損害賠償を負うことになります。

安心・安全に道路を利用できるよう、道路にはみ出した庭木の枝を伐採していただくなど、適正な管理をお願いします。

場 建設課管理まちづくりグループ (☎0256-72-8507)



《広告欄》

火災多発中！火の用心をお願いします。

西蒲消防署市民安全課予防調査係 (☎0256-72-3309)