



健康だより

がんを知って、がんになっても自分らしく生活するために

がんは誰でもなる可能性がある病気で、日本人の2人に1人は、一生のうち何らかのがんになると言われています。がんになる人もがんで亡くなる人も年々増加していますが、その主な理由が高齢化です。高齢化の影響を除くと、がんになる人の割合は2010年ごろからほぼ横ばい、がんで死亡する人の割合は1990年代半ばをピークに減少しています。

● どうしてがんになる？

がんは遺伝子が傷つくことによって起こる病気です。特別な原因がなくても遺伝子が傷つくこともあります。たばこの煙や紫外線、菌やウイルスによって遺伝子が傷つき、がんの原因となることが分かっています。

● がんを予防するためには？

がんを完全に防ぐことはできませんが、禁煙をする、飲酒を控える、バランス良く食事を取る、適正体重を維持するなど生活習慣に気を付けることによって、がんになりにくくすることができます。

● 死亡するリスクはがん検診を受診することで減少

がんは一般的に進行すると治りにくく、体への負担も大きくなります。科学的な根拠に基づいたがん検診を定期的に受診することで、がんの早期発見、適切な治療につなげることができます。

● がんになっても自分らしく生活するために

がんにかかった人の生存率は、治療法の進歩などによ

り、多くのがんで向上傾向にあります。すべてのがんを完全に治すことはできませんが、治療や定期的な検査を受けながら社会生活を続けている人がたくさんいます。治療や生活における身体的・心理的・経済的負担を軽減するための制度もあり、町では令和7年度から『甲佐町がん患者アピアランスケア推進事業』を開始しました。

● 「がん患者アピアランスケア推進事業」とは？

○対象者

がんと診断され、その治療に起因する脱毛や乳房の手術などに伴い、ウィッグなどのアピアランスケア用具が必要な人

○助成の対象となる用具および助成額

①ウィッグなど

購入費用の2分の1 (上限5万円)

②乳房補整具など

購入費用の2分の1 (上限10万円)

※いずれも令和7年4月1日以降に購入した用具が対象で、助成は①・②それぞれ1人1回限り。

町では他に『甲佐町若年がん患者在宅療養生活支援事業』も実施しています。詳しくは町公式ウェブサイトをご覧ください。

● お問い合わせ先

町健康推進課 (町総合保健福祉センター内)

☎096-235-8711



Fitness

甲佐町フィットネスセンター

『おっ、姿勢いいね』と言われたい、すべての方へ

「最近、背中が丸まってきた気がする」「なんとなく身体が重たい」そんな悩みはありませんか？町フィットネスセンターでは、無理なく、楽しく、本来の美しい姿勢を取り戻すヨガ教室

今月の講師



錦戸 里佳さん
(ヨガインストラクター)

を開催しています。

【姿勢改善チェアヨガ】

椅子に座って行うので、運動が久しぶりの方や膝・

腰に不安がある方も安心。「これなら続けられる！」と大好評のクラスです。

●開催日時 毎月第2・4土曜日
午前10時30分～午前11時30分

【大人のための姿勢改善ヨガ】

姿勢を支える「体幹」を刺激し、ブレないバランス能力を養います。レッスン後の、背筋がスッと伸びて視界が広がる感覚をぜひ体感してください。

●開催日時 毎月第2・4土曜日
午後1時～午後2時

●参加料 550円 (税込み)



▲ヨガ教室で美しい姿勢を取り戻してみませんか。

● お問い合わせ先

町フィットネスセンター
(町総合保健福祉センター内)
☎096-235-8712

スマイル

わが家の「笑顔」を紹介します

赤ちゃんの笑顔募集中！

未就学児のお子さんの
笑顔を広報紙に掲載しま
せんか？応募期限は

毎月7日まで。
ご応募お待ち
しています▶



■お問い合わせ先

町企画課

☎096-234-1115



松野 ^{あゆた} 歩詩 ちゃん（4か月）
父 祐太さん
母 葵さん（下豊内区）

じじこ ばばこ、1年間お世話になります！よろしくね♡



佐藤 ^{はると} 遥人 ちゃん（9か月）
父 博亮さん
母 瑠華さん（緑町区）

お兄ちゃん、お姉ちゃん大好き!!

5月・6月の保健活動

●会場 町総合保健福祉センター

+4か月児健診

5月21日（木）午前10時

6月18日（木）午前10時

+7か月児健診

5月21日（木）午前9時30分

6月18日（木）午前9時30分

+11か月児健診

5月21日（木）午前9時

6月18日（木）午前9時

+1歳6か月児健診

5月12日（火）午後1時

+3歳児健診

5月12日（火）午後1時10分

※健診などの日時は変更となる場合があります。対象の方に個別にお送りする通知を必ずご確認ください。

● 5月の子育て支援カレンダー

●甲佐町子育て支援センター（電野保育園内）☎096-234-0305

1日（金）	身体測定（身長・体重）
8日（金）	母の日のプレゼント作り
11日（月）	お散歩
13日（水）	お人形遊び
15日（金）	電車ごっこ
18日（月）	ボール遊び
20日（水）	おやつ作り（要予約）※
22日（金）	タオル遊び
25日（月）	親子で読書
27日（水）	製作
29日（金）	砂場遊び

※要予約の活動は、1週間前までに予約をお願いします。

育児相談（電話・面接） 月～金曜日 午前9時30分～午後4時

体験保育 月・水・金曜日 午前9時30分～正午

● 5月の町内休日当番医

月 日	当番医	電話番号
5月10日	甲佐眼科クリニック	096-235-5600
5月24日	荒瀬病院	096-234-1161

● 5月の町内休日当番薬局

月 日	当番薬局	電話番号
5月10日	甲佐薬局	096-234-3876
5月24日	三恵薬局	096-234-3678

▶休日当番医が広域化されました

郡内の当番医については、23日のイベントカレンダーをご覧ください。熊本日新聞の当番医一覧や上益城医師会ホームページ、町公式ウェブサイトなどでご確認ください。

●日程は変更になる場合があります。最新情報は町公式ウェブサイトなどでご確認ください