

# 健康・福祉

## まめまめ通信54 今、若い世代で増えている乳がん！ 早期発見・治療のすすめ

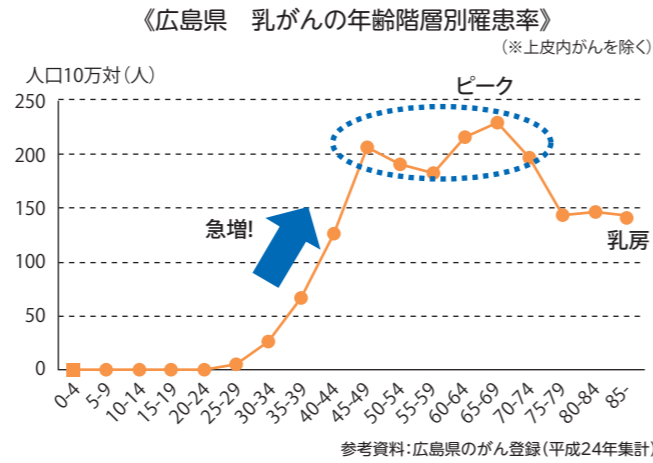
### 「乳がんはまだ私には関係ない」と思っていませんか？

このグラフのとおり、広島県で乳がんにかかる人は30～40歳代にかけて急増し、ピークは40歳代後半～60歳代です。「若いから関係ない」「閉経後は大丈夫」ではなく、どの世代でもかかる可能性があります。また、乳がんで亡くなる人も年々増加しており、乳がんは30～64歳の女性のがん死亡原因のトップとなっています。

乳がんは早期発見であれば約90%が治癒します。

早期発見のためには、自己検診(セルフチェック)や検診が大切です。

大切な命を守るため、ぜひ乳がん検診を受けましょう！



尾道市の乳がん検診は、広報おのみち15頁に掲載されている集団検診か、医療機関検診があります。ぜひ、お申込みください！



健康推進課 ☎0848-24-1962

## 「認知症初期集中支援チーム」がサポートします

認知症は早期発見・早期対応が大切です。市は、3つの「認知症初期集中支援チーム」(尾道北、尾道南、因島・瀬戸田チーム)を設置しています。

認知症の人やその疑いのある人、家族などを訪問して相談に応じ、病院受診やサービス利用、家族への支援などの初期支援を、包括的・集中的に行います(支援期間は概ね6カ月以内)。

「認知症かな?」「認知症の症状に対応できない」などと思ったら、まずはお近くの地域包括支援センターにご相談ください。

### ■支援チームの構成

専門医1人と専門職2人(看護師、社会福祉士、理学療法士等)の計3人

### ■支援の対象

40歳以上で在宅で生活し、かつ認知症の人やその疑いのある人で、次の①～③のいずれかに該当する人

- ① 認知症の診断を受けていない、または治療を中断している人
- ② 介護サービスを利用していない、または利用を中断している人
- ③ サービスは利用しているが、認知症による症状が強く、対応に困っている人

高齢者福祉課 ☎0848-38-9137

## 平成30年1月から、健康推進課保健係と子育て世代包括支援センター「ぽかぽか」の事務所が移転します

移転前：(12月まで)  
総合福祉センター 1階  
移転後：(平成30年1月から)  
総合福祉センター 2階東側  
12月下旬より移転作業に入ります。ご迷惑をおかけしますが、窓口は通常どおり開設していますので、ご利用ください。

今後も、妊娠・出産・育児のより身近な相談場所として、支援体制の充実を目指します。

健康推進課 ☎0848-24-1960  
ぽかぽか ☎0848-36-5003



## 減るSioレシピコンテスト開催

市民の皆さんが減塩料理について関心を持ち、健康的な減塩習慣が定着することを目的として、減塩レシピを募集します。



応募資格 市内在住か通勤・通学している人

審査基準 ①減塩の工夫をしている ②尾道の地域産物を使用している など

応募方法 専用の応募用紙に必要事項を記入し、料理の写真を添付して、持参・郵送か電子メールで応募。

※募集要項は市ホームページに掲載。

平成30年1月19日(金)必着

〒722-0017 門田町22-5 健康推進課 ☎0848-24-1962

kenko@city.onomichi.hiroshima.jp

## 市民公開講座「地域支え合いから作る地域包括ケア」

尾道市では、病气や介護が必要になっても、住み慣れた地域で自分らしく生きたいという望みを、地域ぐるみで支え合う仕組みづくり(地域包括ケア)を進めています。地域包括ケアについて考えてみませんか。



12月21日(木) 14:00～

しまなみ交流館 演題 「地域支え合いと専門職の協働」

講師 酒井保さん (ご近所福祉クリエイター)

高齢者総合ケアセンター星の里

今年最後のご案内。お済みですか、特定健診・がん検診

実施日	場所	申込締切
1/21(日)	総合福祉センター	12/20(水)
2/15(木)	市民センターむかいしま	1/15(月)
19(月)	総合福祉センター	1/15(月)
20(火)		

※健診実施機関は、(※)は東広島記念病院、その他は中国労働衛生協会。2月19日は託児あり(要申込)。

健康推進課 ☎0848-24-1962

## 健康相談など

### こころの相談

総合福祉センター ●こころの健康・ひきこもり相談 (前日までに申込/定2人) 12月21日(木) 13:30～16:30 1月9日(火) 13:00～16:00

こころの悩みのある人か家族、または概ね18歳以上のひきこもり状態にある人か家族担当 精神保健カウンセラー

健康推進課 ☎0848-24-1962

因島総合支所 ●こころの健康・ひきこもり相談 (前日までに申込/定2人) 12月22日(金) 13:30～16:30

こころの悩みのある人か家族、または概ね18歳以上のひきこもり状態にある人か家族担当 精神保健カウンセラー

因島総合支所健康推進課 ☎0845-22-0123

### 御調保健福祉センター

●こころの相談 (前日までに申込/定2人) 12月20日(水) 13:30～15:30

こころの悩みのある人か家族担当 臨床心理士、保健師

御調保健福祉センター ☎0848-76-2235

### もの忘れ何でも相談

御調保健福祉センター ※要申込。 12月21日(木) 13:30～15:00

ニチエー三成店 ※要申込。 12月26日(火) 10:30～11:30

認知症状のある人を介護している家族、認知症への不安がある人

北部地域包括支援センター ☎0848-76-2495

### 東部保健所での相談(要申込)

●B型・C型肝炎ウイルス検査 およびHIV抗体検査

庁舎の耐震工事のため、平成30年3月まで中止します。

※HIVに関する電話相談は随時行っています。

●アレルギー疾患相談 12月19日(火) 13:30～15:30

生活・栄養相談(お子さんは母子健康手帳持参)

広島県尾道庁舎 広島県東部保健所保健課 ☎0848-25-2011