

めざせ、健康長寿

みんなの元気がながこの元気

健康メモ

No.52

はじめよう！
あなたの健康づくり



長門市保健センター
Tel 23-1133

見直そう生活習慣・受けようがん検診

がん死亡の現状

今や国民の2人に1人ががんにかかり、3人に1人ががんで亡くなる時代です。

長門市では平成27年の死亡者数26人のうち、がんによる死亡者数は153人で、4人に1人ががんで亡くなっています。

がんの死亡者数を部位別に見てみると、全国や県では多い順に肺、大腸、胃で、長門市では大腸、胃、肺の順になっています。

がん予防と検診

○生活習慣を見直し、改善しましょう
適正飲酒・禁煙・バランスのとれた食生活・適度な運動・適正体重の維持を心がけましょう。

○がん検診を受けましょう

がん検診により、早期の状態ではがんが発見された場合の5年後の生存率は、自覚症状などにより医療機関を受診して発見された場合より高いことがわかっています。がんは早期発見・早期治療が大切です。自覚症状がなくても、定期的ながん検診を受けましょう。

市のがん検診

市のがん検診は、集団検診と医療機関検診（個別検診）があります。

がん検診の種類は、胃（エックス線検査または内視鏡検査）、大腸（検便方式）、肺（胸部レントゲン）のほか、女性は乳子宫颈部の検診があります。検診の種類により、対象年齢や受診間隔が異なりますので注意してください。

集団検診は、残り一部の地区と休日検診（3回）のみとなりますが、医療機関では9月末（子宮・乳がんは11月末）まで実施しています。実施期間終了月は受診者が集中しますので、早めに予約しましょう。

詳しくは4月に配布した「健康ガイド」をご覧ください。各保健センターまで問い合わせください。

※次回は「食育」について掲載します

○長門市部別がん死亡数の順位（平成27年度）

順位	男性	女性
1位	大腸 18.4%	胃 21.2%
2位	肺 16.1%	大腸 18.2%
3位	胃 12.6%	肺・肝臓 10.6%

コラム 市民協働

みんなの力で

まちが輝く



地域に根ざした活動を支援します 市民のちから応援補助金（後期）募集

市では前期募集に引き続き、地域に根ざした活動を行う団体を育成するため、公益性の高い団体提案型事業に対して補助金を交付します。

■募集期間

8/10(木)～9/8(金)

■補助対象事業

- 市民活動団体が自主的・主体的に企画、実施する公益性の高い事業
- 市民の福祉向上、公益上の必要性が認められる事業
- 市内で実施される事業
- 国、県、市から他の補助金などを受けていない事業
- 年度末までに完了する事業

■補助の対象となる団体
市内を活動拠点とし、まちづくり事業を行う、会則・事業計画・予算決算などを示すことができる団体

・5人以上で構成され、その過半数が市内に居住または在勤していること

・政治、宗教、思想などの活動を目的としないこと

■補助対象経費

事業実施に必要な経費 ※団体の組織維持のための運営費は対象としません

■補助率と補助限度額

・事業費が25万円以下の部分 補助率：10分の10

・事業費が25万円を超える部分 補助率：10分の5

・補助限度額：50万円まで

■審査方法

交付対象事業の選定については、公募委員などによる書類審査と、プレゼンテーション審査を実施

■その他

事業の完了後は、実績報告書を市に提出いただくほか事例発表を依頼することがあります

■問い合わせ

市民課市民活動準備室
TEL 23-1172
FAX 22-6455
MAIL kyodo2@city.nagato.lg.jp

119

長門市消防本部
中央消防署 Tel 22-0119
西消防署 Tel 32-1230
火災時の問い合わせ Tel 22-1414

ホームページ
http://www.city.nagato.yamaguchi.jp/shobo/



住宅用火災警報器は 10年を目安に取り換えましょう

住宅用火災警報器の設置が義務化され、10年が経過しました。

長門市では、現在約90%の家庭に設置されています。住宅用火災警報器は、古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで火災を感じなくなる

ことがあるため、おおむね10年を目安に機器の本体を取り換えてください。

また、新しい住宅用火災警報器に取り換えられた場合は、機器の本体に設置年月日を記入したり、記載されている製造年月日を確認するなど、今後の取り替えの目安にしてください。

住宅用火災警報器を設置されていない家庭においては、大切な家族の命や財産を守るため、早期の設置をお願いします。



火災救急件数[6月]	
()内は今年累計	
建物	0 (10)
林野	0 (1)
車両	0 (0)
船舶	0 (1)
その他	3 (7)
合計	3 (19)
救急	136 (940)

スポーツ推進委員です！

生涯学習スポーツ振興課 Tel 23-112005

たくさん笑顔が輝く

～JAL向津具ダブルマラソンにスタッフとして参加～

6月11日(日)、第1回JAL向津具ダブルマラソン大会が開催され、20人のスポーツ推進委員がスタッフとして参加しました。

大会には県内外から約900人の選手と約750人のボランティアスタッフが参加し、大会を盛り上げました。当日の天気はあいにくの曇天でしたが、参加したスタッフは快晴のような笑顔で、選手を迎え、裏

方として大会を支えました。スタッフは参加選手から「折かけられる「ありがとう」の言葉に感動と楽しさを感じることができた1日となりました。

私たちスポーツ推進委員は、こうしたスポーツイベントなどの多くの活動を通じてこれからも市民の皆さん、そして県内外の皆さんのサポートに努力していきます。



▲ボランティアスタッフとして参加



▲矢が浦エイドステーションの様子