

9月は「がん征圧月間」 いつもの暮らしに、受診で早期発見!

がん検診を。

国民の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなっています。

初期のがんは自覚症状がありません。

検診では、初期段階のがんを発見することができます。

早期に適切な治療を受けることで、体への負担を少なくすることができるのと同時に、生存率も大きく高まります。

9月は「がん征圧月間」。この機会に、がん検診を受けてみませんか。

お問い合わせ 市役所市民生活課
健康推進室 ☎ 63-3115

【佐渡市のがん検診について】胃がん・大腸がん検診

日程	会場
9月10日～12日	両津地区公民館
9月29日	鷲崎ふれあいセンター
9月30日	ふどうさん会館
10月1日	岩首連絡所
10月2日	野浦公民館
10月3日	両津地区公民館
10月7日～10日	金井コミュニティセンター
10月15日～17日	アミューズメント佐渡

※9月10日以降の日程を掲載しています。

「たった一人のあなたです たった一つの命です」

本県における自殺者数は減少傾向にありますが、平成25年の自殺率は全国ワースト3位（人口動態統計（概数）より）に位置しており、全国水準よりも常に高い状況で推移しています。

自殺は、その人を取り巻く環境や精神的な影響が複雑に関係していることから、自殺を防ぐには、社会環境の整備はもちろんですが、周囲の人の気づきがなにより大切です。

まずは、こころの悩みを抱えている人に気づいたら、相談してみましょう。

相談窓口

月曜～金曜（祝日を除く）
午前8時30分～午後5時15分

- 佐渡保健所 ☎ 74-3407
- 市役所市民生活課健康推進室 ☎ 63-3115
- 市役所社会福祉課障がい福祉係 ☎ 63-5113

気づいて欲しい こころの声を

【周りの人が気づくサイン】

- ・以前と比べ、表情が暗く元気がない
- ・イライラや不安が強く落ち着かない
- ・何事も悪い方にばかり考える
- ・つらい、死にたいと口にする
- ・好きなことをしなくなる
- ・人と会わなくなる
- ・体調不良の訴え、眠れない
- ・飲酒量が増える

9月は「高齢者見守り強化月間」です

この月間は、新潟県が独自に取り組んでいるもので、高齢者の孤立死や虐待などの防止を目的に設定されました。毎年9月と2月を高齢者見守り強化月間に設定して、地域住民や市、関係機関が協力して高齢者を見守ろうというものです。

市でも年々高齢化が進み、ひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯が増加している中、孤立死や虐待などがない地域づくりを目指して、社会福祉協議会や民生委員と一緒に取り組んでいます。見守りとは「特別何かをしなければならない」ということではありません。普段から行っている「あいさつ」や「さりげない手助け」が地域での関係を作り、それが見守りに繋がっていきます。

「近所の高齢者を最近見かけない」など、皆さんが「ちょっとおかしいな」と感じたら、お近くの地域包括支援センターや市役所、支所、行政サービスセンターおよび民生委員にご相談ください。

お問い合わせ 市役所高齢福祉課 高齢福祉係 ☎ 63-3790

