

まちのイベントを  
写真で紹介

# カメラアイ



▲教わりながら刈り取り ▲稲を束ねて稲木へ

## 秋の実りを収穫

新舞鶴小学校5年生の児童約130人が9月7日、稲刈りを行いました。総合的な学習の一環で校区内にある田んぼ約5㍍を借りて実施したもので、今年の5月には田植えを体験。

児童たちは、地元の農家の方から鎌の使い方などを教わりながら稲を刈り、両手一杯に束ねて稲木にかけて天日干しにしました。今後、昔ながらの精米方法などを体験したり、米作りの学習を深めていきます。



01. みんなで仲良く参加  
02. パパと一緒にご機嫌  
03. 元気いっぱい  
04. ハーイタッチ!

## おとうさんといっしょ

中総合会館で9月9日、乳幼児とその父親が対象の「パパと子どもの広場」が行われ、9組の親子が参加しました。この催しは、子どもと遊び、ふれあうことで「父親であることの楽しさ」を感じてもらおうと子育て支援基幹センターが実施。参加者は、リズム遊びや絵本の読み聞かせなどを行ったほか、育メン度を計る「パパ力検定」に挑戦しました。

1歳の子どもと参加したお父さんは「普段はなかなか子どもといる時間が取れず、今日は一緒に遊べて楽しかったです」と話していました。

# 10月は「ピンクリボン月間」

ピンクリボンは乳がんの早期発見・診断・治療の大切さを伝えるシンボルマークです。



年々増え続けています。全国で平成16年に5万5000人が乳がんになり、平成20年には1万1,900人が亡くなり、り患した人の約30%が亡くなっています。また、平成8年は30人に1人だったのが、平成16年には16人に1人がかかる病気になるようになりました。年齢層は40〜50代が一番多いですが、30代や60代以上の人にも増え、全体の1割以上が30代の人です。

乳がんにかかる人は増えていますか？

どのようにな人に乳がんは多いですか？

- ◇ 乳がんになりやすい「危険因子」は次のとおりです。
- ◇ 初潮が早い
- ◇ 生理が規則正しい
- ◇ 生理周期が短い
- ◇ 閉経が遅い
- ◇ 未婚者を含め出産未経験
- ◇ 高齢出産経験がある
- ◇ 高学歴など社会的な階層が高い
- ◇ 家族に乳がんの人がいる

## 正しく理解し、早期発見・治療を



～プロフィール～  
大江 信哉 先生 (京丹後市出身)  
おおえ乳腺クリニック院長。外科専門医 (日本外科学会)、乳腺専門医 (日本乳癌学会)、マンモグラフィー認定読影医 (AS 判定)、日本乳癌検診学会評議員、京都府医師会乳がん検診委員会副委員長。モットーは「地方でも最高レベルの乳腺診療」。

平成23年度に市の乳がん検診を受診した人は2,402人。その内、116人に精密検査が必要とされ、10人に乳がんが発見されました。市の検診での乳がん発見率は0.4割で、全国や京都府の結果と比較しても非常に良好で精度の高い検診が行われています。毎年10月はピンクリボン月間。乳がんを意欲し、正しく理解してもらうため、舞鶴医師会乳がん検診精度管理委員会委員長で、おおえ乳腺クリニック院長の大江信哉先生にお話を伺いました。

- ◇ 良性の乳腺疾患の既往
- ◇ 子宮がんや卵巣がんの既往
- ◇ 長期的にホルモン補充治療を受けている
- ◇ 多量の飲酒
- ◇ 片側の乳房が乳がんになった

早めの検診が大切な聞きかた

乳管の中だけに広がる非浸潤がんは、この段階で治療すれば転移もなくほぼ100%治るので、早期発見の努力が必要です。乳がん検診の間隔は2年に1回。前回の検診で「しこり」にならなかったが、2年の内に「しこり」を形成する場合もあります。また、早期発見するためには、必ずしも全ての乳がんを発見できるわけではありませんが、マンモグラフィーを使った検査が有効です。

マンモグラフィーについて教えてください

乳房専用のX線撮影のことです。乳房を十分に圧迫する必要があり、専用の撮影装置と撮影方法で行います。乳房を圧迫するのは次の理由があります。

- ◇ 乳腺が分離され小さな病変が発見しやすい
- ◇ 少ない線量で被曝も減少する
- ◇ 動きによるボケが防止できる
- ◇ 触っても分からない乳がんを発見できる
- ◇ 早期がんが多いがん細胞が死滅してできる小さい石灰化なども見つけられる
- ◇ 腫瘍の形や大きさが悪性か悪性かの判断ができ、左右を比較して乳腺の乱れなど微妙な変化を見ることができ

ただし、乳がんが乳腺が分かりにくい人には超音波検査をお勧めします。

## ～大江先生からのメッセージ～

乳がん検診に来られた人へ必ず次のことをお話しします。

- ① 前回から2年間、自己検診をしていますか？
- ② しこりを自覚する必要はありませんが、1～2か月に1回、同じ姿勢で同じように乳房を撫でて、触る癖をつけていますか？
- ③ 少しでも変化を感じたとき、精密検査を受けましたか？
- ④ 触ったあとに必ず乳汁が出るかどうかを確認し、茶色や黒っぽい乳汁が出た場合は受診しましたか？

以上のことを何度もお話ししていますが、実際に実施している人は5割程度。とにかく、月に1回は自分のお乳を撫でて、怖がらずに2年に1回は乳がん検診を受けてください。乳がんは早期に発見できれば治る病気です。



「何か見つかったら怖い」ではなく「早く見つけなかったら怖い」です。「乳がんで命を落とさない」ための究極の方法は、乳がんを早期に発見して治療することなのです。

## 月刊 まいスポ新聞

文化・スポーツなどの全国大会出場や大会結果、大臣表彰者、各クラブの活動などを紹介する「まいスポ新聞」を発売 (H.K.)

### 全国大会で好成績

- ☆ピティナ・ピアノコンペティション全国決勝大会 (8月19日、東京都)
- ☆全国高等学校体育大会卓球競技 (8月20日、神奈川県)
- ☆全国中学校体育大会卓球競技 (8月20日、神奈川県)
- ☆全国小学生陸上競技交流大会 (8月24日、東京都)
- ☆日本学生トライアスロン選手権大会 (9月1日、2日、香川県)
- ☆山陽大学立教大1年、自糸中出身
- ☆全日本ジュニアソフトテニス選手権大会 (9月8日、9日、広島県)
- 梅原高矢 (明倫小6年)
- ☆全国高等学校総合文化祭美術工芸部門・絵画の部 (8月8日、12日、富山県)
- ☆全国中学校体育大会卓球競技 (8月20日、神奈川県)
- ☆全国小学生陸上競技交流大会 (8月24日、東京都)
- ☆日本学生トライアスロン選手権大会 (9月1日、2日、香川県)
- ☆山陽大学立教大1年、自糸中出身
- ☆全日本ジュニアソフトテニス選手権大会 (9月8日、9日、広島県)
- 梅原高矢 (明倫小6年)
- ☆国民体育大会 (9月13日、10月9日、岐阜県)
- ☆水泳競技：越後智行 (城南3年)
- ☆ボート競技：磯田彩織 (垣谷直人、木戸口真理絵、水谷俊介)
- ☆バスケットボール競技：長倉脩 (上安)
- ☆ウエイトリフティング競技：高井啓亮 (海洋高3年、城北中出身)
- ☆全日本ジュニアバドミントン選手権大会 (9月14日、17日、宮崎県)
- ☆全日本シニアソフトテニス選手権大会 (9月14日、17日、千葉県)
- ☆打和久美子 (溝尻、神社純子 (南浜町))
- ☆全国高等専門学校プログラミングコンテスト (10月13日、14日、福岡県)
- ☆新保智喝 (舞鶴高専5年、岡井晃一、梶井良太、中川慎哉 (以上同4年)、芦田陸、庵地大介、池本悠利、高田馨 (以上同3年)、奥村直生、岸本奈々、治居直哉、早水さゆり、樋口拓海 (以上同2年))
- ☆日本ユース陸上競技選手権大会 (10月19日、21日、愛知県)
- 吉河健太 (共栄高2年、城北中出身)