

がんスクリーニング検査 (N-NOSE) のお知らせ

■がんスクリーニング検査 (N-NOSE) とは？

線虫ががん患者の尿に集まるという習性を利用した検査です。検診を受ける時間が取れないかたや、がんの1次スクリーニングとして、昨年より行っています。

この検査は、検査時のがんのリスクを評価するものであり、がんの種類や部位、進行具合を特定することはできません。がんのリスクが高いと判定されたかたでも、必ずしもがんに罹患しているとは限りません。

対象者	20歳～79歳のかた
定員	70名
料金	5,000円 (検体提出時にお支払いいただきます)
申込期間	6月12日(月)～7月7日(金)
検体提出日	8月21日(月)～8月25日(金) 8:45～17:30
申込 問い合わせ先	様似町保健福祉センター 保健推進係保健師 TEL 36-5511 (平日 8:45～17:30)

検査方法

自宅で尿を採取して提出します。空腹時(食後4時間以上)に採尿し、4時間以内に提出します。前日のアルコール摂取、体調不良、睡眠不足などは検査結果に影響を及ぼす可能性がありますのでご注意ください。

提出方法

様似町保健福祉センターまでご持参ください。1週間以内に採取した検体は、冷凍した状態で提出することが可能です。

検査可能ながんの種類

尿を取るだけで、胃、肺、大腸、乳房、子宮、すい臓、肝臓、前立腺、食道、胆のう、胆管、腎臓、膀胱、卵巣、口腔・咽頭の15種類のがんのリスクが分かります。ただし、がんの種類や部位、進行度の評価・特定はできません。

こころの健康相談のお知らせ

浦河保健所では、こころの健康でお悩みのかた、あるいは不安や心配があるかた、その家族のかたを対象に、健康相談を実施しています。

病院などに受診・相談したことがないかたのこころの健康に関する相談に、精神科医師、精神保健福祉士、保健師が対応しています。



■場所：浦河保健所 1階相談室 (要電話申込)

相談日時 (奇数月の第2金曜日)	申込期限
令和5年7月14日	7月10日(月)
9月8日	9月4日(月)
11月10日	11月6日(月)
令和6年1月12日	1月8日(月)
3月8日	3月4日(月)

※相談日以外でも電話などにより保健師がご相談をお受けします。

- 不眠、食欲不振、漠然とした不安や焦り、イライラ感、やる気が起こらない
- 人と話をしない、閉じこもりがち、性格や人格が変わったようである
- お酒やギャンブル、パチンコなどによって、仕事や生活に支障が出ている
- 不登校などの思春期の悩み など....

●問い合わせ／浦河保健所健康推進課 (TEL 0146-22-3071)

保健福祉センター

きらく

●このページに関するお問い合わせは保健福祉課へ (TEL 36-5511)

6～7月

きらく事業カレンダー

事業名	月日・曜日	時間	場所
乳児健康診査	6月13日(火)	13:00～15:00	保健福祉センター
5歳児健康診査	6月14日(水)	9:00～12:00	保健福祉センター
幼児健康診査		13:00～15:00	
むし歯予防教室	6月29日(木)	11:00～12:00	保健福祉センター
老人クラブ健康相談	7月3日(月)	10:15～11:15	アポイ山荘



エンルム農園

6月4日～10日 歯と口の健康習慣です

健康寿命とは、他者の支援や介護を必要とせず、元気で過ごせる期間のことです。歯でしっかりと噛むことのできる人ほど、転倒・認知症・要介護のリスクが低く、健康寿命が長いと言われています。お口が健康だと食事やコミュニケーションが満足にとれるなど、自分らしい生活をおくるためにも重要です。

おいしく食べられる

食べたいものが満足に食べられ、低栄養の予防にもつながります。



口臭を予防

かむたびに唾液がたくさん分泌され、口臭や歯周病などの予防に。

肥満を防止

十分な咀嚼は、脳にある満腹中枢を刺激し、食べ過ぎを防ぎます。

がんを予防

唾液中の酵素により、食べ物の発がん物質の働きを抑制します。

しっかりかめると、いいこといっぱい！

脳が活性化

かむことで脳内の血流がアップし、脳が活性化。

発音よく話せる

若々しい表情で、ハツラツと話すことができます。



イライラを抑制

かむことで心を安定させる働きを持つ脳内ホルモン「セロトニン」が分泌。

胃腸が元気に

食べ物を細かく噛み砕くことができ、唾液にある消化酵素が消化を助けます。



●様似町歯科対策協議会