

今年も開催!!

(コースが一部変更)

2009 湘南国際マラソン

2009 Shonan International Marathon



総勢2万人のランナーによる2009湘南国際マラソンの開催が下記のとおり決定しました。

▶開催日

平成21年11月8日(日)

▶大会会場

大磯プリンスホテル

▶種目

フルマラソン、10km(一般の部・障害者の部・車いすの部)

▶エントリー期間

5月1日(金)~7月31日(金)まで(先着順)

▶申込方法

専用郵便振替用紙または下記大会ホームページから申込みください。

※ボランティアも同時募集いたします。

◎問い合わせ

・湘南国際マラソン事務局 ☎(70)6667

<http://www.shonan-kokusai.jp/>

・スポーツ健康課 ☎内線324



第20回消防本部 対抗駅伝競走大 会に初参加

大磯町消防本部では、日頃の体力錬成の成果を試すべく、3月7日(土)皇居内濠周回歩道にて開催された第20回消防本部対抗駅伝競走大会に初参加しました。

当日は晴天にも恵まれ、北は青森県・南は熊本県から参加した選手一同は、全力を尽くして走りきることができました。

町消防本部は、112チーム中62位という成績でした。今後も体方向上に努め、日々訓練を重ねていきます。

1区柳光 2区奥村 3区中村
4区长谷川 5区岩田



◎問い合わせ

消防署 ☎(61)0911

こんにちは保健師です

165

がんにならない!!
早くにがん検診を

人間の体は、およそ60兆個の細胞で構成されています。これらの細胞は日々生まれ変わり、また様々な外的攻撃をかわしながら生命活動を続けています。

がんは、一部の急性に進行するものを除いて、細胞の傷が修復しきれずに、何年もの間、増殖を続けた結果、正常な働きができなくなった状態と言えます。

日本では、検査の方法が比較的簡便で、早期に発見できる方法が確立されている5つの種類のがん検診が、市町村単位で実施されています。

▼胃がん検診 バリウム(造影剤)と発泡剤(胃を膨らませる薬)を飲み、胃の中の粘膜のX線撮影をします。検査当日は、水分もふくめ朝食なしです。

▼大腸がん検診 便潜血検査と言いつ、便の表面には見えないごく微量の出血があるかを検査します。2日分の便の表面を数箇所、検体用の細い棒でこすり容器内に保存して提出します。

▼肺がん検診 肺全体のX線撮影です。「喀痰細胞診」は、主に喫煙者を対象として「胸部X線検査」に併用して行います。

▼子宮がん検診 子宮頸部の粘膜を採取し、がん細胞の有無やがん細胞の種類(組織型)を調べます。

▼乳がん検診 医師の触診と40歳以上ではマンモグラフィを併せて行います。(この検診のみ2年に一度)これは、乳房をできるだけ平らにしてX線撮影するもので、触診ではふれない小さな、とくに石灰化のある乳がんの発見に適しています。

子宮がん検診は、20歳以上、乳がん検診は30歳以上、胃がん、肺がん、大腸がん検診は40歳以上が対象です。特に3年以上検診を受けていなかった方は、ぜひ受診してください。

肺がん・大腸がんは、集団や町内の指定医療機関での国保の健診や75歳以上の健診と同日に受診できます。

これらのがん検診はいずれも、症状や違和感の無い時に受診してください。症状や違和感がある場合は、医療機関を受診しましょう。検診の結果により、精密検査が必要となった場合、早期に対応するために、精密検査は必ず受診しましょう。

◎問い合わせ

吉田 ☎内線308

スポーツ健康課