・乳腺線維腺腫：乳房にできる良性腫瘍で、丸い形のやや硬いしこりで、触るとよく動きます。小さい場合特別な治療は必要ありません。しこりが2cmから3cm以上や急に大きくなった場合は、しこりをとることがあります。

☆異常を発見したら・・
しこり・乳頭から血の混じった分泌物、乳頭や乳輪の異常に気づいたら、自己判断せず、すぐに専門医に相談しましょう。その際、産婦人科ではなく、乳腺外科または外科を受診しましょう。

子宮がん検診

☆子宮がん検診は20歳から（2年に1回）
内診台にあがった状態で行います。
子宮の入口の細胞を綿棒などでこすりとって採取し、顕微鏡で調べます。（細胞診）

☆子宮がんには2種類あります
子宮がんは女性のがんの中で部位別では5番目に多いがんです。がんのできた部位で「子宮頸がん」と「子宮体がん」とに分かれます。どちらも検診で早期発見が可能です。
①頸がん：ヒトパピローマウイルスの感染が原因（性行為で感染）。30歳から40歳代で多くみられますが、最近では20歳代でも急激に増加しています。頸がんは初期には自覚症状がほとんどないので、定期的な検診が有効です。
②体がん：女性ホルモンが関係していると考えられていますが、はっきりとわかっていません。50歳から60歳代で多くみられます。比較的早期の段階で不正出血がでることがあります。

☆子宮がん検診ではこんな病気も発見
・子宮筋腫：子宮にできる良性の腫瘍です。30歳から50歳に多いです。症状がない場合が多いのですが、筋腫が大きくなると月経痛や不正出血、貧血などの症状がでてくることがあります。
・子宮頸管ポリープ：子宮頸部の入口を頸管といい、ここに良性のポリープができます。30歳から40歳代に多い。症状がない場合も多いが、不正出血が主症状です。
・子宮膣部びらん：膣に面した部分の粘膜が赤く変化している状態です。
・カンジタ膣炎：カビの一種で女性誰もが持っていますが、抵抗力が弱ると外陰部のかゆみ、おりものが白くボロボロした感じになるなどの症状がでる場合があります。

☆異常を発見したら・・・
月経以外の不正出血や月経不順・月経過多、色のついたおりものや悪臭、下腹部の痛みなどの症状があれば放置せず医療機関を受診しましょう。

☆4月15日・16日は乳がん子宮がん検診！
特定年齢対象の方は検診料金が無料です。詳しい日時・場所は広報「お知らせ版」で確認してください。

こんにちは
保健師です！
保健福祉課保健指導係
☎52-2211

乳がん・子宮がん検診を受けましょう
自分自身そして家族みんなの安心のために

がん検診の目的は、がんを早期に発見し、適切な治療を行なう事でがんによる死亡を減らすことです。
近年、乳がん・子宮がんの死亡者数が増加しています。特に乳がんは、部位別で女性のがんの中で最も多いがんです。しかし、実際に町の検診受診率はというと、20%から25%と低い状況で、検診を受けない方のほうが多く、早期発見する機会を逃してしまう場合もあります。
町では4月に乳がん・子宮がん検診を行います。がん検診では、がんだけではなく関連した病気なども発見されますので、「自分には関係ない」「自分は大丈夫」と過信せず、対象年齢の方は検診を受けることが大切です。

乳がん検診

☆乳がん検診は40歳から（2年に1回）
①視　触　診：乳房のひきつれや皮膚の状態、しこりなどがないか医師が診察します。
②マンモグラフィ：乳房専用のレントゲン撮影です。乳房を装置ではさみ、圧迫し撮影します。痛みを感じることがありますが、乳房の大小に関わらず、撮影は可能です。触診では見つけにくい小さなしこりを見つけるのに有効なのが、マンモグラフィです。

☆自己検診もあわせてしましょう
乳がんは自分で調べることができる「がん」のひとつです。乳がんの自覚症状は「しこり」「わきの下の腫れ」「乳頭からの分泌物」が代表的です。これらの症状すべてが乳がんというわけではありませんが、定期検診とあわせて、月1回自己検診をすることで、乳がんの発見率が高まります。入浴時に体を洗うついでに触ってみましょう。月1回、できれば月経が終わった頃の乳房が柔らかい時期に行うのが理想的です。閉経後は、「毎月1日」など、覚えやすい日を決めて行いましょう。指で摘んだりせず、指の腹で探るように触ってみましょう。あわせて乳頭からの分泌物の確認もしてみましょう。自分の体の変化を自分でもチェックしてみることが大切です。

☆乳がん検診ではこんな病気も発見
・乳腺症：乳房のしこりや痛み、時に乳頭からの分泌物などの症状があります。
・乳腺炎：授乳期に多いのですが、授乳期でなくてもおこります。乳頭や乳輪下に炎症がおこり、乳輪部近くの皮膚が赤く腫れたり、痛み、うみ、しこりなどの症状がみられます。

寄附・寄贈

次の方々から寄附・寄贈がありました。皆さんのご厚志に対し紙上をもって厚くお礼申し上げます。

社会福祉協議会へ
○富良野市　谷津敏夫様より故谷津梅夫様生前のご厚志に対するお礼として　二十万円
○幾寅　下家理代子様より故下家勇雄様生前のご厚志に対するお礼として　五万円

一味園・からまつ園・こざくら園・ふくしあへ
○幾寅　安西紀子様
○幾寅　岩井凉子様
○幾寅　上野達郎様
○幾寅　小野洋子様
○幾寅　小林吉枝様
○幾寅　山田東樹様
○金山　江口理容院様
○下金山　澁谷英之様
○占冠村　熊谷タマ子様
○富良野市　青山照道様
○富良野市　石黒ヨシ子様
○富良野市　内海義博様
○富良野市　佐久田重雄様
○富良野市　佐藤実様
○富良野市　白澤英二様
○富良野市　谷眞理子様
○富良野市　中尾征治様
○富良野市　西村明男様
○富良野市　畠山美世子様
○富良野市　藤原俊博様
○富良野市　堀巖男様
○富良野市　森岡俊博様
○富良野市　岩崎恵美子様
○中富良野町　小松田賢子様
○中富良野町　堀田好子様
○中富良野町　村山秀夫様
○中富良野町　森田義明様
○上富良野町　佐藤政幸様
○美瑛町　北谷政行様
○東川町　寺沢芳枝様
○当麻町　桜田憲三様
○鷹栖町　今村栄一様
○旭川市　市川哲男様
○旭川市　佐藤栄子様
○旭川市　菅野京子様
○帯広市　阿部俊夫様
○更別村　浦幌健一様
○士幌町　神野光男様
○音更町　松下栄之様
○芽室町　辻経安様
○清水町　押野安雄様
○新得町　伊藤久雄様
○旭川市　前田隆司様
○旭川市　高橋實様
○旭川市　寺井勇様
○旭川市　塩ノ入平八郎様
○美瑛町　佐藤政幸様
○上富良野町　森田義明様
○中富良野町　村山秀夫様
○中富良野町　堀田好子様
○中富良野町　小松田賢子様
○中富良野町　岩崎恵美子様
○富良野市　森岡俊博様
○富良野市　堀巖男様
○富良野市　藤原俊博様
○富良野市　畠山美世子様
○富良野市　佐藤実様
○富良野市　白澤英二様
○富良野市　谷眞理子様
○富良野市　中尾征治様
○富良野市　西村明男様
○札幌市　横田久美様
○砂川市　加藤英司様
○芦別市　三森恒治様
○雄武町　原田徳男様
○帯広市　戸塚一衛様
○帯広市　菅野京子様
○帯広市　砂原健二様
○更別村　阿部俊夫様
○浦幌町　大野健一様
○士幌町　神野光男様
○音更町　松下栄之様
○芽室町　辻経安様
○清水町　押野安雄様
○新得町　伊藤久雄様
○旭川市　前田隆司様
○旭川市　高橋實様
○旭川市　寺井勇様
○旭川市　塩ノ入平八郎様
○美瑛町　佐藤政幸様
○上富良野町　森田義明様
○中富良野町　村山秀夫様
○中富良野町　堀田好子様
○中富良野町　小松田賢子様
○中富良野町　岩崎恵美子様
○富良野市　森岡俊博様
○富良野市　堀巖男様
○富良野市　藤原俊博様
○富良野市　畠山美世子様
○群馬県　小野寺善人様

☆お誕生おめでとう　幾寅　北谷　晋作（しんさく）　平成22年1月6日生まれ

★お悔やみ申し上げます
金山　谷津　梅夫(86)　平成22年1月1日逝去
下金山　藤原　利雄(91)　平成22年1月27日逝去
幾寅　小野寺　千代人(84)　平成22年1月11日逝去
金山　柴山　キヨ(89)　平成22年1月28日逝去

わたしたちのまち（平成22年1月末日現在）
人口 2,877人（△8）　男 1,447人（△5）　女 1,430人（△3）　世帯数 1,487戸（△2）　（ ）内は前月比