

2021



11月
発行

青い空、山の樹木も少しずつ色づき始めました。

皆さんお元気でお過ごしでしょうか。先月の青空バザーには沢山の方に参加して頂きご協力ありがとうございました。

青空健康チェック&バザー報告とお礼

10/4(月)、気持ちのよい秋晴れのもと、高取第一公園で恒例の健康チェック&バザーを開催することが出来ました。



コロナ禍、健康チェックは中止させて頂きました。ご容赦ください。

当日は70人近い方の参加がありました。

お寿司の予約も昨年より20ヶ多い55ヶで、増資も8人の方から6万5千円ご協力がありました。遊休品もたくさんの方から連絡をいただきご協力頂きました。バザー収益は1万210円です。

当日お手伝い下さった方や、残ったバザー用品を整理して下さった方本当にありがとうございました。

人と人とのつながりで久々に楽しい行事ができて感謝です。ありがとうございました。

健康チャレンジご協力ありがとうございました。

安北支部も21名の参加がありました。



【コロナ感染の今後】

広島県の感染シュミレーション(模擬実験)では感染対策が緩んだ場合、ワクチン接種率が75%程度(現在は65%)に上がっても12月初旬頃から感染が拡大する予想となっています。

引き続き気を緩めず感染対策を行いながら活動していきましょう。

検査室たより11月

【健診 大腸がん健診について】

大腸がんは、生活習慣病と関わりがあるとされています。がん予防には禁煙、節度のある飲酒、バランスのよい食事、身体活動、適正な体形、感染予防が効果的といわれています。大腸がんを予防するには、食物繊維を多く含む食品の摂取が効果的であることがわかっています。結腸がんの予防には、運動も効果的です。

便潜血検査では、大腸がんやポリープなどによる出血が便に混じっていないかを調べます。がんからの出血は間欠的であるため、2日分の便を採取します。がん健診の目的は、がんを早期発見し、適切な治療を行うことで、がんによる死亡を減少させることです。便潜血陽性の時は、大腸内視鏡検査での精査を受けて確認してください。

(国立がん研究センター情報より)

<お問合わせ>

伊豆野 ☎878-6678	植田 ☎872-2935	田中 ☎872-1395
玉井 ☎878-1453	藤井 ☎872-5934	大山 ☎872-2885
勝丸 ☎878-6561	健康まちづくりセンター 力石 ☎879-8124	