



しまんと健康ひろば

1年に1度は健診を～健康は自分で～
保健カレンダー

月日(曜)	時間	事業名	該当地区	場所
11月	9日(土)	8:30～11:00、13:30～15:00	特定健診・前立腺がん検診	拾い① 四万十市役所
	12日(火)	8:00～9:00	胃がん(バリウム)検診	富山地区集会所
		8:30～9:45	特定健診・前立腺がん検診	富山地区集会所
		11:15～12:00		富山地区集会所
		9:00～	大腸がん検診(容器配付)	津賀～大宮～中家地 方面 地区巡回
	16日(土)	8:00～9:00	胃がん(バリウム)検診	拾い① 四万十市役所
		8:30～11:00、13:30～15:00	特定健診・前立腺がん検診	
	19日(火)	9:00～11:00	大腸がん検診(容器配付)	地区巡回
		9:00～		
	26日(火)	9:00～11:10	大腸がん検診(容器配付)	地区巡回
		9:00～		
12月	7日(土)	9:20～11:30、13:20～15:30	子宮頸がん検診・乳がん検診	拾い 市立武道館

※11月8日までの計画については、広報10月号P20に掲載しています。

問い合わせ先

健康推進課 ☎(34) 1115・(34) 1823

西土佐保健分室 ☎(52) 1132



各種がん検診



特定健診



健診結果
の説明会

教えて！佐々木先生～骨粗しょう症について～

佐々木整形外科医院の佐々木 篤史医師に、骨粗しょう症(骨密度と強度が低下し、骨折しやすくなる病気)についてお聞きしました。

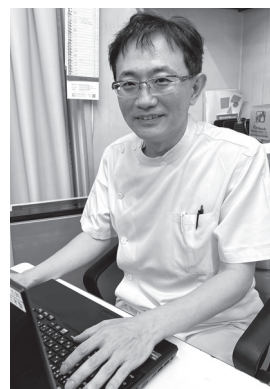
Q 骨粗しょう症は治療するとよくなりますか？

A もちろん良くなります。現在、医学の進歩により多くの薬が開発されており、さまざまな選択肢があります。治療の際は、薬だけではなく、食事や運動など、生活習慣を改善しながら治療することが大切です。
また、進行すると治療効果が得られにくいため、早期発見が重要です。

Q 骨粗しょう症を早期発見するためにはどうしたらよいですか？

A 定期的に骨密度測定を行うことで、骨密度の低下を察知し、骨粗しょう症を早期に発見することができます。そのため、50歳を過ぎたら、年に一度は骨密度を測定することをおすすめしています。
また、骨の健康状態を把握し、生活習慣の改善を行うことで、骨粗しょう症の発症リスクを大幅に減らすこともできます。将来の骨折リスクを低減し、健康寿命を延ばして元気で長生きしましょう。

問い合わせ先 健康推進課 健康増進係 ☎(34) 1115



市の骨密度測定のお知らせ

市の乳・子宮頸がん検診とあわせて測定を行っています。希望者はお問い合わせください。(要予約)

女性の健康
について