



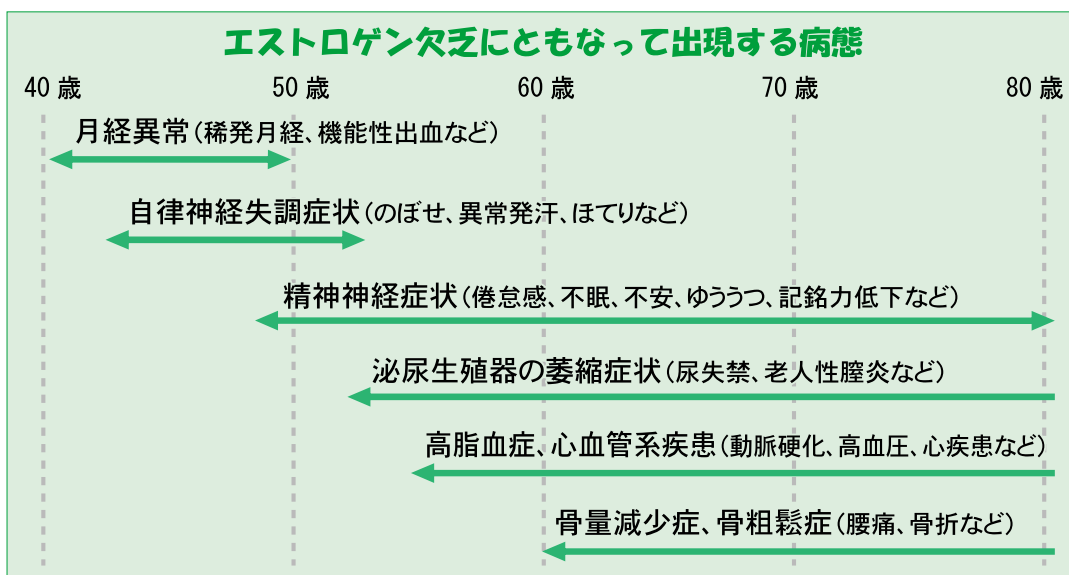
# 保健師だより



## 3月1日～3月8日は女性の健康週間です

厚生労働省で平成19年に策定された健康づくり政策では「女性の健康力」が柱の一つに位置付けられ、女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援するため「女性の健康週間」が創設されています。

女性のからだはエストロゲンという女性ホルモンの影響により、とても複雑でデリケートです。40歳代は思春期と同じようにこころとからだが不安定になる時期で、なんとなく調子が悪かったり、のぼせや動悸が多くなってきたり、体中のあちこちが痛くなってきたりします。



更年期症状だと思っていたら、他の病気だったということもあります。また、女性特有の病気は早期発見・早期治療が大切です。

### 乳がん

40～50歳代をピークに発症や死亡が増加しています。日本人女性の15人に1人くらいが生涯で乳がんにかかる危険があるといわれています。

乳がんは子育てや介護、仕事など女性としていちばん忙しい時期にかかりやすい病気です。早期に発見し治療した場合90%以上の確率で治ります。

先進諸国の検診受診率	60～80%
日本の検診受診率	20%
佐井村の検診受診率	17.1%

### 子宮がん

子宮の入り口にできる子宮頸がんは35歳をピークに20～40歳の日本人女性で発症や死亡が増えています。女性なら誰でもかかる可能性のある病気で、20～30歳代の若い女性に最も多いがんです。

がんはかなり進行しないと自覚症状が現れません。20歳以上であれば定期的に検診を受け早期発見する必要があります。

先進諸国の検診受診率	60～80%
日本の検診受診率	25%
佐井村の検診受診率	12.6%

**家族のためにも、自分のためにも検診を受けましょう**