

胃がん検診を実施します

▼問い合わせ先 健康づくり課 健康支援係

胃がんの70%が早期胃がんです。

早期胃がんの5年生存率は90%以上。早期発見、早期治療できれば、胃がんは今や「治るがん」と言えます。

まだ申込みをされていない方で、受診希望のある方は、健康づくり課までご連絡ください

◆対象者 今年度中に40～79歳の誕生日を迎える方

◆検査内容

当日は、発砲剤とバリウム剤を飲みます。その後胃の粘膜像を、X線で撮影（間接撮影）します。より良い写真を撮影するために体を何度か回転移動して撮影します。

◆対象とならない方

・妊娠中の方、妊娠の可能性のある方、不妊治療中の方
・バリウムがアレルギーの方
・重度の便秘でバリウムが腸内で固まって、詰まってしまう方
・過去にバリウム検査で誤嚥したことがある方
・検査の時、自分で体を動か

◆胃検診日程表

受付時間：午前7時～9時 12月2日のみ午前10時まで

検診日	曜日	会場	対象地区
11月21日	月	諸公民館	諸、西原、芝生田
11月22日	火	和田農研研修センター	和田
11月24日	木	J A 佐久浅間三岡支所	市、耳取
11月25日	金	久保公民館	大久保、氷、鶴久保、西浦、上ノ平、久保、大杭、宮沢、御牧ヶ原、諏訪山
11月28日	月	菱野公民館	菱野、滝原、井子、糠地、後平
11月29日	火	森山公民館	森山、谷地原、一ツ谷
11月30日	水	乗瀬生活改善センター	原村、中村、八代、南ヶ原、乗瀬、藤塚、西八満
12月1日	木	御影コミュニティセンター	御影
12月2日 受付10時まで	金	野岸の丘総合福祉センター (旧保健センター)	緑ヶ丘、松井、天池、東雲
12月5日	月	市役所	東、柏木上、柏木下、荒堀、平原
12月6日	火	市役所	小原、東小諸、東山、乙女、石峠
12月7日	水	市役所	赤坂、相生、大手、本町、両神、富士見平、古城
12月8日	木	市役所	鶴巻、八幡町、紺屋町、荒町、三和、南町、与良
12月9日	金	市役所	市町、六供
12月12日	月	市役所	四ツ谷、ひばりヶ丘、加増
12月13日	火	市役所	御幸町、田町、新町

せない方

胃の手術を受けた方（開腹手術、腹腔鏡下手術）

胃に疾患があり、定期受診中や内服中の方

※詳細については、受診票と一緒に郵送する「胃がん検診受診に関する同意書」をご確認ください

◆検診料金 500円（今年度40、50、60歳の節目年齢に該当される方は無料）

※生活保護世帯、市民税非課税世帯の方は、事前に申請することによって無料となります。

※申込みをされている方は、胃検診の約1か月前に受診券を郵送します。持ち物や詳細についてご確認ください。

※申込みをされている方は、胃検診の約1か月前に受診券を郵送します。持ち物や詳細についてご確認ください。

自殺予防ゲートキーパー養成研修会

『守ろう 大切ないのち』

～みんなで自殺予防のゲートキーパーになろう！～

「ゲートキーパー」とは、自殺を予防する命の門（ゲート）の守り人（キーパー）のことです。

日常のいろいろな場面で、身近な方の困っている様子やいつもと違う様子に「気づき」、声をかけて「話を聴き（傾聴）」、必要な情報を提供したり専門の相談機関に「つなぎ」、必要な支援が途切れないように連携しながら、その後も「見守る」ことが役割になります。

参加は無料です。（この研修会は、佐久地域定住自立圏形成協定に基づき実施します。）

【初級編】

- ◆日時 10月26日(水) 午後1時30分～3時30分
- ◆会場 佐久市市民創錬センター大会議室
- ◆内容
 - 研修Ⅰ 「自殺の実態とゲートキーパーについて」
 - 研修Ⅱ 「心の健康の理解
～うつ病・アルコール問題を中心に～」
- 講師：小諸高原病院診療部長 村杉謙次氏
- ◆対象者 ゲートキーパーに関心のある方
- ◆申込期限 10月21日(金)

【中級編】

- ◆日時 11月21日(月) 午後1時30分～3時30分
- ◆会場 佐久市市民創錬センター大会議室
- ◆内容
 - 「身近な方の変化に気付いた時
～『気づき』『傾聴』『つなぎ』『見守り』の実際～」
- ◆講師 臨床心理士 丸山歌織氏
- ◆対象者 初級編に参加した方
- ◆申込期限 11月11日(金)

▼申し込み・問い合わせ先 健康づくり課 健康支援係