

まぼろしへのかけはし

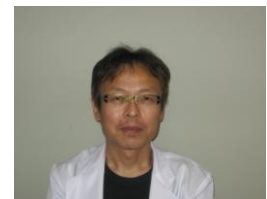
基本理念 希望のある医療



10月は乳がん撲滅月間です

乳がん

今や日本人の2人に1人ががんになるといわれています。
1年間に約7万人が乳がんと診断されており、女性でがんになる人は年間27万人ですので乳がんは約1/4を占めています。
ということは、女性の8人に1人は乳がんになる勘定です。
ええっ！？と思いませんか？他人事では済まされません。
乳がんは、早期発見で7～8割の方が助かる“たちの良いがん”といえます。
しかも“自分で早期発見が可能ながん”です。



日本外科学会 専門医
日本消化器外科学会 認定医
検診マンモグラフィ読影医師
大上 博章

乳がんを予防しよう

1. 月に1回、自己チェックをしよう！
さあ！お風呂などで自分の胸を触って
見つけましょう

乳がんと診断された方の大多数が自分で見つけています。

2. 2年に1回、乳がん検診を受けよう！
早期発見、早期治療につながるように、定期的に検診を受けましょう

自己チェックと検診をセットでおすすめします

一歩勇気をもって踏み出しましょう！

あなた自身、あなたの大切なご家族、友人、知り合いの方にも声をかけ、検診を受けましょう。
検診は痛いのかな？怖いなあ・・・と不安はあります。当院のスタッフはその初めの一歩を踏み出すための支えになりたいと考えています。不安や相談があればいつでもお声をかけてください。

自己チェック方法



1. 両腕を下げた状態、上げた状態それぞれ正面横から斜めから乳房を観察します。くぼみやひきつれがないか見ましょう。



2. 仰向けに寝て調べる方の腕を上げ、反対側の手の指を3本揃え、指の腹で乳房を触って全体を丁寧に念入りに調べます。

外科外来看護師一同

「ボランティア感謝の会」を開催しました

平成25年9月26日、病院ボランティアの方々に日頃の活動に対し、感謝状の授与・ミニ講和“嚥下障害の予防”・職員との座談会などの内容で「感謝の会」を開催しました。

22名の参加があり、座談会の中ではボランティアさんの活動場面や、自身の達成感のこと、生活の一部となっている活動で仲間と逢える喜びなど語られました。

職員の手の届かないところへの支援、そしてかかわりの中での新たな発見やさわやかな風を入れて頂き、深く感謝しています。



お知らせ

1. 今月のホッとひと息寄り道講座

テーマ	インフルエンザについて
講師	感染管理認定看護師、薬剤師
日時	10月7日(月)・23日(水) 10:00～
場所	玄関ホール 公衆電話前

※過去の講座内容は、ホームページでご覧いただけます

[トップページ](#) > [高砂市民病院の概要](#) > [広報・イベント](#) > [ホッとひと息寄り道講座](#)

2. 第5回 生活習慣病予防教室

テーマ	糖尿病の薬について
日時	10月16日(水) 13:30～14:30 (受付13:00～)
場所	2階講義室
講演者	薬剤師
参加費	無料
持ち物	筆記用具・メモ帳

第6回健康まつり



3. 第6回高砂市民病院 健康まつり

テーマ	来て！見て！感じて！あなたの健康
日時	10月26日(土) 12:00～15:00
場所	高砂市民病院
内容	計測や体験、頸動脈エコー、キッズコーナー、救急車・消防車 当院医師による公開講座もあります

※今年はピロリ菌チェックに変わり
頸動脈エコー検査体験を実施します。
多数の方のご来院をお待ちしています

きぼうへのかけはし

に関するお問合せは、
地域医療連携室までお願いします。

連絡先 〒676-8585 兵庫県高砂市荒井町紙町33番1号
TEL 079-442-3981(内線5146)
FAX 079-443-1401
ホームページ <http://www.hospital-takasago.jp/>