

# こぶしの花だより



2020年2月

Vol.14

すこやかさを支え、こころに寄り添い

このまちで暮らす喜びを共に

2月4日はWorld Cancer Day（世界対がんデー）です。これは、2000年2月4日にパリで開催されたがんサミットからはじまった取り組みで、国際対がん連合（UICC）ががん予防の啓発や様々なイベントを行うと呼び掛けたものです。『みんなでできる、ひとりでもできる』をスローガンに掲げています。がんの悲しみを減らすため、できることから始めましょう！

oooooooooooooooooooo

## がんを防ぐための 新12か条

あなたのライフスタイル  
をチェック！  
そして今日からチェンジ！！

がんに関する情報ははこちらから [がん情報](#)

「国立がん研究センターがん情報サービス」のウェブサイトです。  
がんについて、診断や治療方法、緩和ケア、病院検索など様々な情報を調べることができるがん情報の入り口です。

たばこは吸わない



バランスのとれた  
食生活を

適度に運動



定期的ながん検診を

他人のたばこの煙を  
避ける

塩辛い食品は  
控えめに



適切な体重維持

身体の異常に  
気がいたら  
すぐに受診を

お酒はほどほどに



野菜や果物は不足に  
ならないように

ウイルスや細菌の  
感染予防と治療

正しいがん情報で  
がんを知ることから

## 日本のがん統計

2017年のがん統計では、生涯にがんで死亡する確率は、**男性 25%（4人に1人）、女性 15%（7人に1人）**とされています。罹患数の多い部位のがんは以下の通りです。

男性で1位：胃 2位：肺 3位：大腸 4位：前立腺 5位：肝臓  
女性で1位：乳房 2位：大腸 3位：胃 4位：肺 5位：子宮



当院で実施できる札幌市がん検診

対象者や料金などの確認は受付までどうぞ

大腸がん検診

胃がんリスク判定

前立腺がん検査

## 糖尿病教室

3/21(土)

13時～14時

テーマ

「歯と糖尿病との関係」  
「STOP! THE 合併症」  
試食とおみやげつき♪

## とくとく健診

お早めに

どうぞ

今年度は3/31

までが期限です！

診察日のご案内【内科一般・糖尿病・痛風】

受付時間	月	火	水	木	金	土
早朝 7:30～			○		○	
午前 8:30～11:30	○	○	○	○	○	○
午後 13:30～17:00		○			○	
午後・夜間 13:30～19:30	○			○		