

胃がん検診 3期募集

1年に1回受診しましょう

◆健康課係 (☎042-438-4021)

□日程

会場	男性	女性
保谷保健福祉総合センター	平成27年2月18日(水)・19日(木)・21日(土)	平成27年2月18日(水)・19日(木)・21日(土)・23日(月)
田無総合福祉センター	平成27年2月5日(木)・7日(土)・10日(火)・12日(木)	平成27年2月5日(木)・6日(金)・7日(土)・9日(月)・12日(木)・16日(月)

内問診・バリウムを使用したエックス線検査

※前夜からの食事・水分などの制限が必要です。

※授乳中の方は、母乳に混ざらない種類の下剤をお渡ししますので、問診の際に必ずお伝えください。

対平成27年3月31日時点で30歳以上の方(1・2期で受診した方は対象外)

申①はがき(記入例参照) ②窓口(保谷保健福祉総合センター4階健康課・

田無庁舎2階保険年金課) ③電子申請(市HPから)

□申込期間 11月17日(月)~12月5日(金)(消印有効)

記入例	はがき
「胃がん検診」申し込み ①氏名(ふりがな) ②性別 ③住所 ④生年月日 ⑤電話番号 ⑥検診日について ア いつでもよい イ 会場のみ指定(田無・保谷) ウ 希望日あり(第3希望まで記入) エ 糖尿病による治療の有無(有・無)	※希望日がある方は、第3希望までご記入ください。ただし、ご希望に沿えない場合もあります。

胃がん検診を受けられない方

- ・自分で立ってられない、寝返りが打てないなど、指示に従って動くことができない方
- ・腎臓病(透析含む)などで水分制限を受けている方
- ・腸閉塞を1年以内に起こした方や腸閉塞を繰り返す方
- ・妊娠中の方、妊娠の可能性のある方
- ・以前にバリウムを飲んで具合が悪くなった方
- ・1年以内に心臓の発作や脳梗塞などの脳血管疾患を発症した方
- ・胃または十二指腸の切除術を受けた方、治療中の方
- ・1年以内にお腹や胸の手術をした方

申し込み前に主治医に相談が必要な方

- ・腸閉塞を起こしたことがある方
- ・腹部に放射線治療をしたことがある方
- ・1年以内にお腹や胸以外の手術をした方
- ・お腹の手術をした方で手術後お腹の痛みなどがあつた方、便秘がちの方
- ・回転することで病気を誘発する恐れのある方(メニエール病^等)
- ・胃ポリープのある方
- ・高血圧、糖尿病などで定期的な服薬または注射をしている方(服薬の時間がずれたり朝食を抜くことで体調を崩すことがあります)

11月20日は世界COPD(慢性閉塞性肺疾患)デー

□COPDとは

COPDは、慢性的に気道が閉塞し肺への空気の流れが悪くなる病気ですが、症状が日常生活にありふれたもののため見過ごされがちです。年齢が上がるほどCOPDの患者は増え、60歳以上が全体の約9割を占めています。悪化してしまった肺機能を元に戻すことはできませんが、早期発見・治療をすれば、進行を遅らせて重症化を防ぐことができます。

□COPDの症状

- 風邪でもないのに咳が続く
- 体を動かした時に息切れしやすい

- 呼吸をする時にゼイゼイ・ヒューヒューと音が出る
- たばこを長期間吸っている(または吸っていた)
- 粘り気のある痰が長期間続く

※喫煙者でこれらの症状がいくつか当てはまる方は、呼吸器科の専門医にご相談ください。

◆禁煙・喉頭がんについての講演会

COPDと関わりの深い、喫煙に関する講演会を開催します。詳細は、市報11月1日号をご覧ください。

◆健康課係 (☎042-438-4037)

ストーブによる火災・事故を防ぎましょう

◆ストーブの周りには物を置かない

平成25年中に東京消防庁管内で発生した住宅火災1,777件のうち、ストーブを原因としたものは136件でした。

中でもストーブに可燃物が接触することで火災が多く発生しています。就寝時に何らかの弾みで寝具が使用中のストーブに触れたり、ストーブで調理や洗濯物の乾燥をするなど、暖房以外の目的で使用したことが原因で火災になる場合もあります。火災を防ぐためには、ストーブの周りには衣類・寝具類・紙などの可燃物を置かないことが基本です。また、ストーブの使用中に、近くに置いて

あつたスプレー缶が高温になり破裂したり、漏れたLPガスに着火したりすることによる火災も起きています。

□ストーブによる火災・事故防止のポイント

- ストーブをつけたまま就寝しない
- ストーブの上で洗濯物を干したり、近くで乾かしたりしない
- 部屋を離れる時は、必ずストーブの火を消す
- ストーブへの給油は、必ず火を消してから行う

☎西東京消防署 (☎042-421-0119)

◆危機管理室係 (☎042-438-4010)

障害者週間

12月3日(水)~9日(火)

障害者週間は、皆さんに障害者問題について知ってもらい、考えてもらうための週間です。

障害は、事故や病気などによって誰にも生じ得るものです。また、その種類も多種多様で、外見からは分からないものや理解しづらいものもあります。

障害による不自由さはあっても、周囲の理解や配慮があればできることも少なくありません。障害者と共に、日常生活や事業活動の中でできる配慮や工夫と一緒に考えてみましょう。

◆講演会

制度が変わる今、地域で暮らす生活設計 ~西東京モデルが始まりました~

障害者権利批准で何が変わったか、障害者にこれから何が必要かなどをお話しします。

時 12月3日(水)午前10時~正午(午前9時30分開場)

場 コール田無 ※駐車場なし
定 182名(申込順)

講 綿祐二さん (日本福祉大学教授)

申 前日までに、電話・ファクスで、住所・氏名・参加人数・質問事項を添えて、下記へ

※空きがあれば当日申込も可
※手話通訳あり



◆展示・販売

障害者団体の手作り品

市内障害者団体の活動内容や作品を展示します。また、障害者福祉施設や学校に通う方たちの手作り品を販売します。

時 12月5日(金)午前11時~午後4時

場 アスタビル2階センターコート

□主な出品 お菓子(クッキー・パウンドケーキ・パン)・つまようじ入れ・マグネット・陶器・紙すき葉書・しぼり染めタオル・布ぞうりストラップ・朝採り野菜^等



過去に販売した手作り品

市では、昨年度「西東京市障害者基本計画」を策定しました。本計画に定めたさまざまな施策や事業を、皆さんや事業所と共に、一つ一つ進めることで、ライフステージを通じて切れ目のない支援と共生社会の実現を目指します。

◆障害福祉課係 (☎042-438-4033・FAX 042-423-4321)

市内の空間放射線量測定結果

(11月7日現在)

市では、市内における放射線の状況を把握するため、市内を2kmメッシュで区分し、小中学校・保育園・公園の5カ所と武蔵野大学内(協力)1カ所の合計6カ所で空間放射線量を測定しています。

区分	測定場所	町名	測定日	線量率(マイクロシーベルト/時)	
				地上1m	地表面(地上5cm)
北部	栄小学校	栄町	11月3日(水)	祝日のため測定なし	
東部	なかまち保育園	中町	11月4日(木)	0.039	0.041
中央部	田無第二中学校	北原町	11月5日(金)	0.052	0.061
西部	田無第三中学校	西原町	11月6日(土)	0.046	0.046
南西部	田無市民公園	向台町	11月7日(日)	0.034	0.038
南部	武蔵野大学(協力)	新町	11月5日(水)	0.039	0.049

※次回は、12月15日号に掲載します。最新の情報は市HPをご覧ください。

微小粒子状物質(PM2.5)測定結果

(11月7日現在)

東京都は、市内2カ所で一般測定局のモニタリング測定をしています。

□1日の平均値(単位:マイクログラム/㎥)

測定場所	測定日	11月2日(日)	11月3日(月)	11月4日(火)	11月5日(水)	11月6日(木)	11月7日(金)
田無町局(西東京市民会館)		13.4	9.8	8.5	14.5	14.7	11.5
下保谷局(保谷第一小学校)		14.1	10.7	13.9	20.6	19.6	14.3

※市HPでは、リアルタイムで測定結果をご覧いただけるサイトを紹介しています。
◆環境保全課 (☎042-438-4042)