

がん検診を受けて 安心・健康な未来を

早期発見で、がんの9割以上が治ります

健康推進課 ☎20・4211 FAX22・1077

コロナ禍でも、定期的な検診を!!

新潟県内では、市町村が昨年度に行ったがん検診の受診者数が、一昨年度と比べ、20.5%減少しました。この減少により、278人のがんが見落とされていた可能性があります。

感染症が流行している中でも、命を守るために、必要な検診は“受診控え”をせずに受診しましょう。がん検診の会場では、皆さまに安心して受診していただけるよう、必要な感染症対策を行っています。

会場での主な感染症対策

機器などの消毒



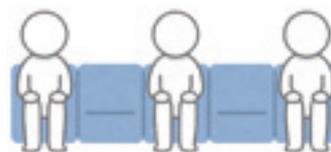
十分な換気



体温測定



受診者間の距離



市で受診できるがん検診

肺がん検診

(胸部レントゲン)

40歳以上 年1回

胃がん検診

(胃部レントゲン (バリウム))

40歳以上 年1回

大腸がん検診 (便潜血検査)

40歳以上 年1回

受けよう検診



乳がん検診

(マンモグラフィ)

40歳以上 2年に1回

子宮頸がん検診

(細胞診・視診)

20歳以上 2年に1回

- がん検診は健康保険証の種類によらず、受診できます
- 検診実施期間は11月まで (乳がん、子宮頸がんは1月まで)
- 今からでも申し込み可能! ⇒電話で健康推進課へ

どんな検査をするの？

肺がん検診

65歳以上の方は
原則、年1回の受診を



胸のレントゲン検査です。
65歳以上の方は、撮影し
た写真をもとに結核検診も
行います。

ALL女性技師
で撮影します

乳がん検診

専用の撮影装置に
乳房を片方ずつは
さんでX線撮影を
行います（触診は
ありません）。



胃がん検診

男女別・女性限定
の検診日程もアリ



バリウム（造影剤）と
発泡剤（胃を膨らませ
る薬）を飲んで、胃を
撮影します。

子宮頸がん検診

ブラシで子宮頸部から細胞を
とります。

できるだけ
リラックス

大腸がん検診

簡単



2日分の便を別々の容器に取
り、健診会場か医療機関に提
出します。

一口メモ

問診時に、前回の月経日
をお聞きするので、メモ
をしておきましょう。



Voice

「がん」は早期発見・早期治療が大切

市・職域などの検診を行う柏崎メジカルセンターの職員で、ご自身もがん経験者の室賀さんにお話を伺いました。

どうして「がん」になる人とならない人がいるのだろう、と思いながら乳房の自己触診をして、豆の様なしこりを見つけたのが平成27（2015）年秋のこと。すぐに精密検査を受け「乳がん」の診断を受けました。手術は1カ月後、入院は4日間、1週間休職しました。

そして平成30（2018）年、検診で要精密検査となり、今度は「子宮頸部腺がん」の診断を受けました。手術までの1カ月間「もう仕事に復帰できないのでは」と不安に襲われました。

手術を受け、幸いリンパ節にがん細胞の転移がなく、2カ月間の休職後、職場復帰しました。現在は3カ月に1回、経過を見ながら、普通に生活しています。この普通でいられるありがたさを感じています。

「がん」は早期発見・早期治療が大切です。がん検診を受け、もし「要精密検査」の結果が届いたら、早く受診してほしいです。



柏崎メジカルセンター
室賀美紀子さん

皆さんに知ってほしい、認知症のこと

アルツハイマー病などの認知症は特別な病気ではなく、誰もがなる可能性があります。市内においても要介護・要支援認定者のうち、約7割に認知症が認められています。認知症になっても安心して暮らせるよう、多くの方が認知症を正しく理解し対応することが必要です。



■認知症とは

脳の病気や障がいなどさまざまな原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態をいいます。

具体的な症状(中核症状)

- 記憶障害
物事を記憶することが苦手になる
- 見当識障害
年月日や時間、季節、人物が正しく認識できなくなる
- 理解・判断力の障害
物事を考え判断することが難しくなる



●実行機能障害

自分で計画を立てて物事を進めることができなくなる



これらの症状は薬で進行を遅らせることができます。

その他の症状(周辺症状)として、不安、うつ状態、幻覚妄想、徘徊などがあり、薬で症状を和らげたり、接し方の工夫、リハビリで症状が改善することがあります。

※症状の現れ方には個人差があります。

■認知症の方への対応

認知症だからといって、本人は何も分からないわけではありません。優しい気持ちで相手の尊厳を守りながら冷静に対応することが重要です。

認知症の方への対応の心得

3つの「ない」を
実践しましょう。

驚かせない
急かさない
プライド・自尊心を傷つけない

具体的には

7つのポイント

- ① まずは見守る
- ② 余裕を持って対応する
- ③ 声を掛けるときは1人で
- ④ 後ろから声を掛けない
- ⑤ 相手の目線に合わせてやさしい口調で
- ⑥ 穏やかにはっきりとした滑舌で
- ⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくりと



出典：認知症サポーター養成講座標準教材

■早期相談・早期受診が重要です

認知症の原因はさまざまで、人によって症状や治療、必要な介護サービスが違います。自分や家族だけで抱え込まず早めに受診・相談をしましょう。

■認知症のご本人とご家族からのメッセージ

(令和2(2020)年度に市が実施したアンケートより)

【ご本人】

◆これから認知症になるかもしれない人

家族に伝えたいこと

- 何かいつもと違うと感じたら早めに受診した方がよい
- 妻から指摘されたことがきっかけで受診した
- くよくよしないようになるべく笑っているようにしている
- 自分にできる事はやりたいたいと思っている
- 社会と関わっていたい

【ご家族】

◆認知症かもしれないと思ったエピソード

- 物忘れが多くなった
- 判断力、理解力が衰えた
- 人柄が変わった

◆介護で工夫してよかったこと

- 本人が過ごしやすいよう自宅の環境整備を行った(廊下の電気を明るくした。手すりの設置)
- 本人に役割をもってもらう(食器の片付け、庭木の手入れなど)
- 介護する側の対応を変える(否定しない、怒らない、ドライブや散歩などで気分転換を図る)
- 本人が認知症の初期のころにしてあげればよかったこと
- 早めに気付く
- 早めの相談
- 早めに専門医への受診、治療

全般的な相談(介護、生活面などに関する事)

地域包括支援センター	該当地区	お問い合わせ先
中地域包括支援センター (田塚1-8-1)	比角・田尻・北鯖石	☎24・6715 FAX23・6116
東地域包括支援センター (大字善根6769-1)	北条・南鯖石・中鯖石・高柳	☎31・2122 FAX31・2120
西地域包括支援センター まちなか (西本町1-4-38)	中央	☎20・1535 FAX41・6651
西地域包括支援センター あかさかやま (赤坂町4-56 赤坂山デイサービス内)	大洲・剣野・鯨波・米山・上米山	☎41・5612 FAX41・5613
南地域包括支援センター (大字佐水3140 いこいの里内)	半田・枇杷島・高田・上条・野田・別俣・鷓川	☎31・4515 FAX31・4525
北地域包括支援センター はらまち (原町4-23 なごみ荘内)	松波・荒浜・宮川・椎谷・西中通・中通	☎24・4201 FAX24・4303
北地域包括支援センター にしやま (西山町兎王155-1)	西山(二田・南部・中川・別山・石地・大田)	☎47・7509 FAX47・7529

■認知症の相談機関

認知症についての相談は、最寄りの地域包括支援センターまたは介護高齢課でできます。かかりつけ医がある方は、主治医の先生にご相談ください。

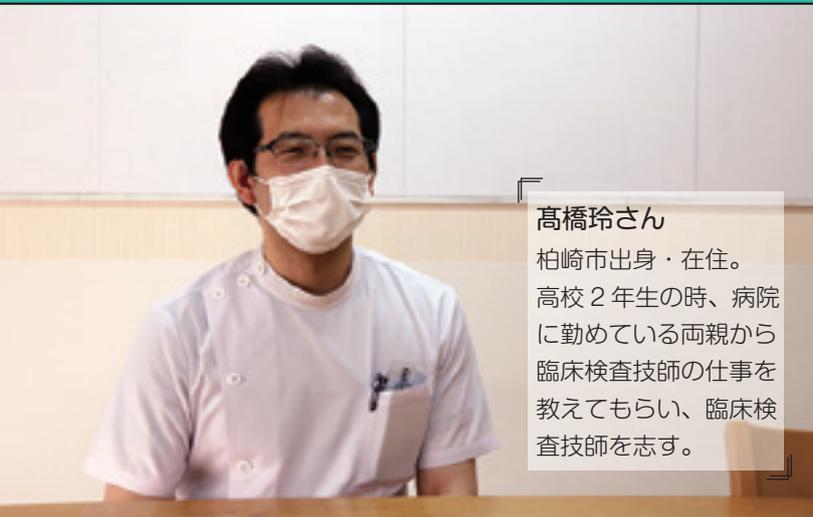
病気に関する事

医療機関	お問い合わせ先
かかりつけ医または、精神科・心療内科・神経科・脳神経外科・脳神経内科など、認知症専門診療科のある医療機関	—
柏崎厚生病院(県指定・認知症疾患医療センター) 市から委託された認知症地域推進員がいます。認知症の相談対応や、認知症になっても暮らしやすい地域づくりを行っています。	☎22・0111
国立病院機構新潟病院 (県指定・認知症疾患医療センター)	☎22・2126
認知症サポート医・もの忘れ相談医	 詳細は 県HPで!

介護高齢課

☎21・2228
FAX21・4700





高橋玲さん

柏崎市出身・在住。
高校2年生の時、病院に勤めている両親から臨床検査技師の仕事を覚えてもらい、臨床検査技師を志す。

医療従事者にエールを

臨床検査技師って どんなお仕事？

File_03

関国保医療課
☎43・9141
FAX24・7714

医療法人（財団）公人会 柏崎中央病院で約20年働く臨床検査技師の高橋玲さんにやりがいや魅力などを、インタビューしました。

▶インタビュー詳細
「KASHIWAZAKI
LIFE BLOG」HP



Q 臨床検査技師ってどんな仕事？

「検体検査」と「生理機能検査」の2つに大きく分けられます。「検体検査」は血液や尿などを取り扱う検査です。「生理検査」は、患者さんと直接接して、心電図や肺活量、超音波検査などを行います。当院で行う検査の多くに臨床検査技師が関わっています。



Q 臨床検査技師になるには？

4年制の大学か、3年制の専門学校に行き、卒業資格を得たら国家試験を受けて資格を取ります。

Q やりがいや魅力は？

患者さんの治療に使う検査データを最初に行うことができることです。この検査データを基に、さまざまな治療を行います。

Q どのような人が向いている？

生物や化学が好きな人や、データを取り扱うので、計算や細かいことが好きな人が向いています。

10/3日 20:00~

四谷方面の通りが対面通行になります

夜間（20:00～7:00）を除き一方通行となっていた、以下の区間が10/3（日）の20:00以降、対面通行になります。

▶規制が解除される区間…

県道東柏崎停車場・比角線（四谷三交差点）から市道2-5号線（東本町交差点）まで



一方通行規制を解除

関市民活動支援課
☎21・2272
FAX22・5904

お願い

この区間は子どもたちの通学路です。ドライバーの皆さんは歩行者や自転車に配慮した思いやり運転をお願いします。また、地域の見守り活動にご協力をお願いします。



CASE
No.23

企業がつくったものづくり大学
新潟工科大学

人の身体の動きをデータ化して、働き方改革にチャレンジ!

身体の動きを数値化して
より働きやすい環境を提案

新潟工科大学・生体情報研究室の村上肇教授が取り組んでいる研究は、人の身体の動き方を数値化し、福祉や医療、そして様々な企業に、人が動きやすい就労環境を提案すること。

村上教授は「地元の課題は地元で解決」をモットーに、市内の医療福祉施設や様々な分野の企業と協力し合い、それぞれの環境に適した身体の動き方を研究し、それをフィードバックしています。時には異なる分野の研究者と情報を共有して、新しい提案を導き出すこともあります。

「金子みすゞさんの『みんなちがってみんない』のように、人にはそれぞれクセやライフスタイル、物の使い方でたくさん個性があります。それらをデータ化し、働く環境によって違う身体の動き方の本質を見極めることが、この研究の面白いところです」

村上教授は常に前向きな姿勢で、研究と向き合っています。

人との縁や思いやりがこの研究には欠かせません

最近では養豚場からの依頼で、連続写真から豚の動き方を観察しています。今までは直接現場に向

き、目視で確認をしなくてはいけなかったものをデータ化し、豚が効率よく動く

る豚舎を提案します。

いずれは人にとつ

て、より快適な働き方改革につながるであろうこの研究を、学生たちと一緒に進めています。

「過去には、共同研究先の企業に学生を派遣したこともありましたが、そこでは研究だけではなく、たくさんの人と出会い、時には叱咤されることもありましたが(笑)、それはそれで学生を大きく成長させてくれました。」

主に人を対象とした研究を行う私たちにとっては、人との縁や人が好きではないと続けられない研究です(笑)。

効率よく動ける職場環境は、働く側にも、雇用する側にもメリットがあります。市内のたくさん

企業や施設が、村上教授が進めている研究によって「効率よく」発展することを願っています。



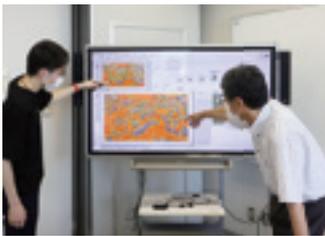
Key Person

新潟工科大学 教授 村上 肇さん
生体情報研究室 博士(工学) 村 上 肇さん

市民の皆さんにひとこと

私たちが行っている研究の成果は、市民のみなさんが直接見たり触ったりする機会が少ない分野です。

しかし何気なく使っている製品の裏には、たくさんの研究の成果があることを想像してもらえると、学生を含む研究者はとても嬉しく思います。



可視化した豚の行動パターンを学生と考察する村上教授



腕に装着する「加速度センサー」で、人の動きを波形で確認



れるよう期待しています。



新潟工科大学から
お知らせ



工学プロジェクトに取り組んでいます

本学のキャリア形成科目の工学プロジェクトでは、企業人を講師として招き、学年・学系・コースを混在してのグループワークにより、企業の課題解決を目指します。企業連携が盛んな本学を象徴する取り組みで、産学協同の活動を通して課題解決能力を身に付け、学生の挑戦力、創造力、コミュニケーション力を養います。本年度はシモダ産業株式会社、株式会社トライテック、NPO法人 a i s a の課題に、6月から取り組みました。9月6日に、学内で課題に対しプレゼンテーションを行います。このプロジェクトを通して、学生が社会に出ることを見据え、将来実践的に活躍できる「職業人」になるよう期待しています。



新潟産業大学から
お知らせ



附属高校の生徒と共に

海岸清掃を行いました

7月16日(金)に鯨波海水浴場で、高大連携活動の一環として本学学生と、新潟産業大学附属高校の生徒が協働で海岸清掃を行いました。新型コロナウイルス対策、熱中症対策を行い、学生・生徒・両校の教職員あわせて約150名がプラスチックごみや空きなどを收拾しました。

参加した学生は「高校生と関わる機会は新鮮で貴重でした。今年度からの試みですが、今後も色々な形で続けていければと思います」と話していました。今後も附属高校との連携活動を行い、地域への貢献活動を通して人材育成に取り組んでいきます。

