



がん検診を受けましょう

がんが増えている

がんによる死亡は、昭和56年以降死因の第1位を占め、平成19年度の統計で見ると3人に1人近くががんで亡くなっています(図1)。また、生涯のうち、男性の2人に1人、女性の3人に1人ががんにかかる可能性があると言われています。

がんの部位別の罹患率で見ると、男性では胃・肺・大腸が上位を占め、女性では乳房・胃・大腸が上位を占めています(図2)。

がんになっても早期発見

がんを予防する生活習慣(禁煙・適度な飲酒・減塩な

どの食生活の改善、体重管理など)を送ることでがんを完全に防げればよいのですが、どんなに気をつけてもがんを完全に防ぐことはできません。重要なのはがんになっても早期に見つけて治すことです。早期のがんでは症状はないことが普通ですから、早期にがんを発見するのは検診の役割です。

がん検診の基本条件

がん検診の基本条件として、がんになる人が多く、また死亡の重大な原因であること、がん検診を行うことで、そのがんの死亡が確実に減少

図1 栃木県死亡原因の割合

平成19年
人口動態統計(厚生労働省)

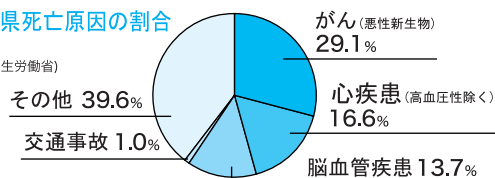
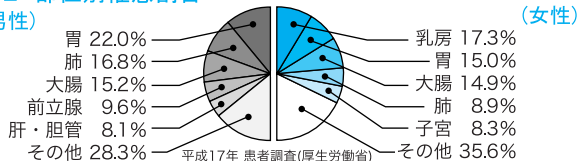


図2 部位別罹患割合

(男性)



この健康へ入りローガン

ほめ上手

ほめられ上手で
いい笑顔

すること、がん検診を行う検査方法があること、検査が安全であること、検査の精度がある程度高いこと、発見されたがんについて治療法があること、などがあります。この観点から現在は胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、子宮がん検診、乳がん検診等が行われています。効果ががあると判断されたがん検診の最大のメリットは早期発見、早期治療による救命の効果です。症状があつて病院を受診した場合には、がん検診と比べ、進行したがんが多く見つかります。一方、がん検診は症状のない健康な人を対象にしていることから、早期がんが多く発見されます。早期がんはそのほとんどが治り、しかも軽い治療で済みまう。がん検診をぜひ受けましよう。

那珂川町再発見 日本再発見

ケビン ブラックバーン

第10話 「そばにいなかった友」

那珂川町に引っ越してきた翌日、僕は町内に探し物がありました。来日前に読んだ本によると、「日本人は新しいところへ引っ越しをすると、近所へのあいさつの際、そばを配る」とありました。そこで、私は町内のあるそば屋を訪ねました。

そば屋のご主人からは、その本に書いてあることが少し古い風習だと説明されましたが、私の気持ちに答え、近所分のそば券を作り売ってくれました。

しばらくすると、僕はその店の常連となり、そばのことについて教わりました。時々、彼は僕の注文したそばの他にもう一品を持ってきては、僕の感想に興味津々でした。そして新店舗を開店したときには、それらの一品料理が新しいメニューに載っていました。

僕が10年前に仕事で町を離れ東京へ行く前の週、そば屋のご主人は僕のために「一日そば研究講座」を開き、そばの苗の育て方から10割そばの打ち方と食べ方を教えてくれました。3年後、東京から戻ってきた僕の歓迎会も開いてくれました。その後、国内外の親戚や友だちが那珂川町に来たときは、「そば」は欠かせない存在でした。

彼は、数年前から「そば研究会」を時折り開き、僕と妻までも参加させてくれました。習いにいった僕はそばだけでなく、日本についても那珂川町についても色々学びました。地元産のそば粉にこだわり、そばの伝統を厳しく守りながらも創意工夫され、その中の「豆腐そば」は研究賞を受賞するほどで、そばを熱心に研究していました。

しかし、3月25日に彼は亡くなりました。僕が那珂川町を好きになり再発見できるのは、そば師匠のおかげでもありました。ああ、寂しいです...

広報文芸

俳句

腰下ろす石を探せり草青む
せせらぎに目覚めし沢の猫柳
胸元に梅林の風入り込む
裸山炭焼く煙ほのぼのと
寒鴉影もるともに飛び立てり
早春や波うつことき野の起伏

松野 大高 富美
矢又 星 幸子
松野 横山 義夫
小川 松山 華
小砂 松岡 路石
谷田 荒井 大作

短歌

陽だまりに野良猫二匹片寄りて目を閉じ開き吾を無視せり
午後陽のおとろえ早し日溜りにふっくり芽生えた露の薑摘む

馬頭 五月女トミノ
盛泉 岡イチエ

花柄の包装紙なれど大切に折り目を伸ばし筒に巻き置く
発掘で小遣い稼ぎすると言つ小母さんが読む考古学の書

大内 薄井 キイ
小川 平澤 照雄

畑道をゆっくり歩巾進めればたんぼの花へテフの舞いおる

小川 森島テフ子

野菜代夫と踏み込みし苗育ち水をいっばい注ぎやりたり

片平 磯部 千代

川柳

野の花を摘んでトイレに活けてみる
小中高皆勤賞の孫を誉め
苗床で未来夢見るナスかぼちゃ
繕った嘘があちこち綻びる
失言の夫を庇う妻の知恵
直売所時の話題も売っている

谷田 屋代 照子
小砂 笹沼 季子
大山田下郷 佐藤 有紀
薬利 大崎 克明
小川 平澤 照雄
谷田 岡崎 友子



新着図書

那珂川町 図書館



『プリンセス・トモトミ』

万城目 学／著（文芸春秋）
このことは誰も知らない。五月末日の木曜日、午後四時のことである。大阪が全停止した。

長く閉ざされた扉を開ける「鍵」となったのは、東京から来た会計検査院の三人の調査官と、大阪の商店街に生まれ育った二人の少女であった。

前代未聞、驚天動地のエンターテインメント、始動！

『マリーー 世界一おバカな犬が教えてくれたこと』

ジョン・グローガン／著（早川書房）

結婚したばかりとジェニーがはじめておかえた家族。それは、元気なクリーム色の子犬だった。名前はマリーー。頭がいいといわれるラブラドル・レトリバーは、わが家の名犬になるはずだったのに、マリーーは、やんちゃなおバカに成長してしまった！
大切なことって何だと思おう？笑えて泣ける感動エッセイ。



『わんぱくランドセル』

さなえさひこ／作（教育画劇）

さなえちゃんたらんちゃんはとっても仲良し。ふたりはそろって一年生になります。

「おそろいでさくらいろのランドセルにしようよ。」と約束したふたりですが、さなえちゃんのとこに、おばあちゃんから赤いランドセルが届いて・・・。
小さな子の心の動きを丁寧に描いた絵本です。

さなえちゃんたらんちゃん

- ◇『私立探偵・麻生竜太郎』 柴田よしき／著（角川書店）
- ◇『三匹のおっさん』 有川 浩／著（文芸春秋）
- ◇『何もかも憂鬱な夜に』 中村文則／著（集英社）
- ◇『そろそろ最後の恋がしたい』 唯川 恵／著（角川春樹事務所）
- ◇『苛めの時間』 井上 淳／著（河出書房新社）
- ◇『八番筋カウンスル』 津村記久子／著（朝日新聞出版）
- ◇『こんな感じ』 群 ようこ／著（幻冬舎）
- ◇『くじら組』 山本一力／著（文芸春秋）
- ◇『甲子園への遺言』 門田隆将／著（講談社）
- ◇『お母さん次第で男の子はぐんぐん伸びる！』 小屋野 恵／著（メイツ出版）
- ◇『平成落語論』 瀧口雅仁／著（講談社）
- ◇『余命一ヶ月の花嫁』 TBSイブニング・ファイブ／編（マガジンハウス）
- ◇『きれいに縫うための基礎の基礎』 水野佳子／著（文化出版局）