

# 大腸がん自己チェック

## ご一緒にいかがですか

合同チェック会もあります

「地域から大腸がんで亡くなる方をなくそう」と毎年大腸がん自己チェックを推進しています。自己チェックの陽性反応で受診して、早期がんを発見できた例もあります。

より多くの会員がチェックできるよう、班



自己チェック判定のようす

会に参加できない方や近くに班がない方を対象に「大腸がん自己チェック会」を開催します。

大腸がんみんなで自己チェック会

日時

2月26日(月)～28日(水) 9:30～12:00

場所 友の会事務所

勉強会も開催

「大腸がんってどんな病気なのか」、水谷和樹医師による「なるほど！大腸がん」の講座を開催

### 1年を締めました

### 歩こう会総会と認知症学習笑いヨガで

12月20日 稲沢支部



笑いヨガ(手前が山岸さん)

稲沢支部は「いなざわ歩こう会総会」と「認知症の学習会」に「笑いヨガ」の3部構成で開催、

14名が参加しました。

歩こう会総会では、年間11回のウォーキングを振り返りました。「猛暑時期の御在所山頂ウォーク涼しかった」「乙女溪谷や阿弥陀滝は旅行気分に参加できた」などの他

「雨天の予備日を設けると良かった」などの意見が出ました。

稲沢市保健センター職員による「認知症にならないための学習会」。健



「1面に案内」。

### 住民健診との併用ならなお安心

江南団地・なごみ班

1月12日、大腸がん自己チェックと健康自己チェックを行いました。

### 2人に潜血反応

この機会がなかったら...

犬山健康友の会班

今年も新年大腸がん自己チェックで友の会活動がスタート。久しぶりの



みんな真剣です(犬山健康友の会班)

が及びました。

検尿と大腸がん自己

チェックが始まると、全員にわかに神妙に。反応を待つこと数分。結果は2人に潜血反応！早速精密検査を受けますが、この機会がなかったら気がずいぶん悪かったです。

犬山健康友の会班 梅北征子

### 「良い物を買って喜び、売ってにっこり」

萩原事業所応援にバザー

千秋支部

康づくりでは、山岸さん指導による「笑いヨガ」

始まりました。「毎月25日にバザーをやっているか

千秋支部 上平百合子

ら見に来て！出して！手伝って！」とお願い。衣料や日用品が集まり、とってもお値打ちです。

萩原バザーは、「良い物を買って喜び、売ってにっこり」と意気込んでいます。



ケアハウス1Fで開催

平成29年度一宮市委託事業家庭介護教室

### 家庭介護のためのハートフルケアセミナー

(学習と交流)

テーマ：認知症の基礎理解とケア

日時：2月16日(金) 11:00～15:30

会場：千秋病院市民健康教室

参加費：350円(お弁当代)

参加者同士でお弁当を食べながら交流したあとお話を聞きます。ご家庭で介護されている方、興味のある方、どなたでも参加できます。

問い合わせ、お申込は  
一宮市地域包括支援センターちあき  
☎0586-81-1711  
お弁当手配の都合で、2月9日までに申し込みください。

## 新しい骨密度検診 班会で一番乗り!

カサブランカ班

特別料金でできます



寝るだけでOK

1月12日、カサブランカ班の班会で、4名が骨密度検診を受けました。新機導入で腰椎と大腿が測定出来るようになっています。測定時間はわずかです。測定時間はわずかです。測定時間はわずかです。

年齢を重ねると、骨は知らぬまにもろくなりがちです。自分の骨の状態を把握し骨粗しょう症を早期発見するために、骨密度検診は大切です。

## 班会・行事予定 2018年2月16日～3月15日

日付(曜日)	開始時間	班名(内容等)	会場
1月25日現在			
<2月>			
16日(金)	10:00	若あゆ班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	扶桑町福祉センター
	10:00	稲沢西班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	婦人の家図書室
	13:30	すこやかクラブ班(ストレッチ・バランスボール)	看護師研修室
17日(土)	10:00	大和東班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	大和公民館
	10:00	丹陽班(食事作り、大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	丹陽支所
	14:00	西御堂班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	まつり
19日(月)	13:30	下本町班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	岩倉ホーム
	13:30	サンシュユの会班(薬の話、大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	大和公民館
	14:00	市民公開講座「なるほど！大腸がん」	特養ちあき・第二
22日(木)	13:30	幹事会	市民健康教室
	14:45	かもめ班(視力検査)	かもめ保育園
24日(土)	9:30	江南年金者班(健康自己チェック)	老人福祉センター
	10:00	森本班(大腸がん自己チェック、血管年齢チェック、健康自己チェック)	佐藤さん宅
26日(月)	10:00	年金一宮班(署名行動)	千秋病院
27日(火)	14:00	大里班(大腸がん自己チェック、血管年齢チェック、健康自己チェック)	木村さん宅
	14:00	江南団地 藤班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	藤ヶ丘デイサービスセンター2階
<3月>			
5日(月)	14:00	稲山班(血管の話、大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	稲山さん宅
7日(水)	10:00	すいせん班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	岩倉ホーム
8日(木)	10:00	江南団地班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	江南団地集会所
9日(金)	13:30	江南団地・なごみ班(笑いヨガ、健康自己チェック)	なごみ集会所
10日(土)	10:00	西明地班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	藤本さん宅
13日(火)	13:30	虹の会班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	看護師研修室
	14:30	元氣班(健康自己チェック)	岩倉ホーム
14日(水)	13:30	新しいびみ班(笑いヨガ、血管年齢チェック、健康自己チェック)	新しいびみ団地集会所
	14:00	花ノ木班(骨密度検診、健康自己チェック)	友の会事務所
	14:00	犬山健康友の会班(貯筋体操、健康自己チェック)	羽黒老人憩いの家
15日(木)	10:00	稲穂班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	下津市民センター
	14:00	カサブランカ班(大腸がん自己チェック、健康自己チェック)	石田さん宅

毎週水曜日 14:00 地域交流サロン萬葉(健康づくり教室) 一宮市萩原町串作字女郎花1651番地(萩原商店街)

ふれあいバザー(衣類・日用品・文具等を販売) 2月26日(月) 14時～15時30分 ケアハウス

サンデーバザー(季節の服・日用品・文具等を販売) 3月4日(日) 13時30分～15時30分 特養ちあき・第二