

# 「がん予防研修会」が開催されました



小林良清氏



能見英智先生

6月9日に保健委員会・食生活改善推進協議会合同の学習会が老人福祉センターで開催され、30名の会員の皆様が熱心に受講されました。

今回は、長野県出前講座を活用し『がんと向き合うために』をテーマに、佐久保健福祉事務所長小林良清氏と佐久総合病院研修医能見英智先生のお二人を講師にお迎えし、長野県の平均寿命や死亡原因、長野県民の健康づくりへの取り組みについて、がんの正しい理解・予防対策、検診の重要性、がんの緩和ケアについてなど様々な視点からお話を伺いました。受講された皆様からは、禁煙等を含む



がん予防について、がん検診の内容とその必要性について参考になった、自覚症状が出てからでは遅いことなどが分かった等様々な意見や感想が出されました。町では、年間を通して各種がん検診や特定健診（集団・個別）を実施していますが、安心して一人でも多くの方が受診できるように、保健委員会では、新しい試みとして、お子様連れの方のサポートや高齢者の方の会場案内等のボランティア活動も展開しています。自分のもとより、大切な家族の幸せのために是非検診（健診）に行きましよう!!

## 佐久保健福祉事務所からのお知らせ

### 「くらしと健康の相談会」の開催について

佐久保健福祉事務所では、倒産・多重債務・家庭問題等について、法律相談・健康相談・就業相談・生活相談等総合的な相談会を下記により開催します。

ご心配のある方は、まずはご相談ください。（匿名での相談はお受けできません。）

- 相談会開催予定 ※予約制・1件あたり1時間の相談になります。

会 場	佐久合同庁舎（佐久市跡部65-1）	
時 間	午前10時～12時	午後1時30分～3時30分
日 程	9月2日・9日・16日・30日	*第3を除く火曜日
	12月2日・9日・16日	*第4を除く火曜日
	3月3日・10日・17日・24日	*第5を除く火曜日

- 相談内容 弁護士による法律相談・保健師による健康相談  
関係機関による生活・就業相談
- 費 用 費用は無料です。
- 申し込み 事前の予約が必要です。  
佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課（☎：0267-63-3164）  
各相談日の前週金曜日のお昼までに直接電話でお申込み下さい。
- お問い合わせ先 佐久保健福祉事務所 健康づくり支援課 保健師



電話 0267-63-3164（直通） E-mail sakuho-kenko@pref.nagano.lg.jp