

## 3月1日～3月8日は女性の健康週間です

女性は、家庭にあっても、職場や地域社会にあっても、健康を守るキーパーソンであると言っても過言ではありません。その女性自身が生涯を通じて元気であることが、社会全体の元気の源とも言えます。

そんな女性の特徴として、思春期・性成熟期・更年期・老年期といった大きなライフサイクルにおいて、女性特有の心身の変化が起こりやすく、それに伴って心身の不調を感じる方が多くいます。

女性一人ひとりが生き生きと過ごせるために、みなさんに女性の健康について知ってもらい、健康づくりの普及を図ることが目的です。

**ひとりで悩まないで・・・**

**静内保健所「女性の健康サポートセンター」をご利用ください**

「女性の健康サポートセンター」では、妊娠、出産、子育てに関すること、不妊に関すること、思春期や更年期の心身の健康に関することなど、女性の健康上の幅広い相談について保健師などがお受けします。

相談は、「女性の健康相談ダイヤル」（電話相談）や、「女性の健康相談の日」（毎月1回・来所相談・予約制）でお受けします。

### ◆ 「女性の健康相談ダイヤル」（電話相談）

保健所に電話をしていただいて、「女性の健康相談ダイヤル」と伝えていただくとすぐに保健師がお受けします。

<相談時間> 月曜日から金曜日の 9:00～17:00（土日祝日を除く）

<電話番号> (代) 0146-42-0251

### ◆ 「女性の健康相談の日」（来所相談・予約制）\*前日までにご連絡ください。

<相談日> 毎月第4水曜日

<時間> 13:00～16:00

<場所> 静内保健所2階診察室（新ひだか町静内こうせい町2丁目8番1号）

## 知っておこう！女性の健康 ～成人期の病気～

3月1日～8日は女性の健康週間です。今月号から2回にわたって、女性に起こりやすい症状や病気を紹介します。今月号は成人期に起こりやすい、子宮の病気について紹介します。

### 子宮の病気

子宮の病気には、**月経痛**、**月経過多**（月経時の出血量が多いこと）、**貧血**などの症状があらわれます。また、**月経時以外の出血**（不正出血）や**下腹部痛**などもあらわれることもあります。特に激しい月経痛や月経時以外の下腹部痛は、日常生活にも影響を及ぼす場合があります。このような症状があらわれる代表的な病気には、以下のようなものがあります。

### 子宮筋腫

子宮筋腫は、子宮の筋層に発達する良性の腫瘍です。20～40代に発生・発育し、閉経後には縮小します。

### 子宮内膜症

本来、子宮の内側にある「子宮内膜」が違う場所に発生してしまうことをいいます。不妊の原因にもなり、近年は発生の増加が指摘されています。



## 子宮がんはどんな病気？

子宮がんには子宮の入り口（頸部）にできる「子宮頸がん」と、奥の方（体部）にできる「子宮体がん」があります。子宮頸がんはヒトパピローマウイルスというウイルスに感染することで起こると考えられています。発症のピークは40代頃ですが、最近は10代後半から20代の若い世代にも発症率が増加しつつあります。

**初期には症状はありませんが、進行すると不正出血や月経不順、性交時出血などがみられます。**

子宮体がんは女性ホルモンの過剰分泌が誘因と考えられ、特に更年期以降の女性に発生しやすいです。**不正出血や下腹部痛などの症状により発見されることが多いです。**

## がん検診を受診しましょう

これらの病気は早期発見・早期治療が大切です。気になる症状がある方は婦人科へ受診しましょう。

また、自覚症状がなくても、婦人科検診で病気が発見される場合もあります。

下記表のとおりがん検診を行っていますので、**検診をご希望の方は、日高町役場健康増進課へお問い合わせください。**

がん検診の実施病院				対象者			検診種別	
市町村	病院名	電話番号	日時	無料 クーポン	40歳	子宮頸がんは20歳以上 41歳以上	乳がん	子宮頸がん
札幌市	北海道対がん協会	011-748-5511	通年	●	●	●	●	●
	J A 北海道厚生連札幌厚生病院	011-261-5331	通年 ※農協組合員のみ	●	●	●	●	●
新ひだか町	新ひだか町立静内病院	0146-42-0181	通年	●	●	●	●	●
富良野市	富良野協会病院	0167-23-2181	通年	●	●	●	●	●
苫小牧市	王子総合病院	0144-32-8111	通年	●	●	●	●	●
	苫小牧市立病院	0144-33-3131	通年	●	●	●	●	●
	岩城産婦人科	0144-38-3800	通年	●	●	●		●
	桜木ファミリークリニック	0144-71-2351	通年	●	●	●		●
	レディースクリニックぬまのはた	0144-53-0303	通年	●	●	●		●
	とまこまいレディースクリニック	0144-73-5353	通年	●	●	●		●
	田辺産婦人科	0144-32-2296	通年	●	●	●		●
	苫小牧消化器科外科	0144-51-6655	通年	●	●	●	●	
	苫小牧日翔病院	0144-72-7000	通年	●	●	●	●	
	同樹会苫小牧病院	0144-36-1221	通年	●	●	●	●	

### 【お問い合わせ先】

- ・日高町役場 健康増進課 電話 01456-2-6571
- ・日高総合支所 地域住民課 電話 01457-6-3173