9月はガン制圧月間

56年 死因順位のトップ 四人に一人はガン

本市ではガンで百二十三人が死亡

本市で五十六年中に脳卒中で亡くなった方が百三十三人でトップ、次いでガンの百二十三人となっており、年々増加しています。

ガンの種類別でみますと、胃ガンが四十二人、肺ガンが十八人、直腸ガン十人、すい臓ガン十人、乳ガン五人、肝臓ガン五人、子宮ガン、食道ガンの順となっています。

年代別では、七十歳代が一番多く、六十歳代、五十歳代、四十歳代の順となっています。

五十六年にガンで亡くなった方は、全国で十六万六千人で脳卒中による死者を上回り、初めて死因のトップになりました。また、全死亡者数に占めるガンによる死者の割合は、二三・一％なりました。九月は「ガン制圧月間」です。早期発見と早期治療を心がけましょう。

ガンの予防対策12条

1. 偏食しないでバランスのとれた栄養をとる。
2. 同一食品を繰り返してとらない
3. 食べ過ぎを避ける。
4. 深酒はしない。
5. 喫煙は少なくする。
6. 適量のビタミンA、ビタミンC ビタミンEをとる。繊維を多くとる。
7. 塩辛いものを多量に食べない。あまり熱いものはとらない。
8. ひどく焦げた部分は食べない。
9. かびの生えたものは食べない。
10. 過度に日光にあたらない。
11. 過労を避ける。
12. 体を清潔に保つ。

（国立がんセンター研究所杉村所長）

年に一度は検診を

市では、ガンや脳卒中などの成人病予防のため、毎年胃検診、婦人ガン検診、循環器検診などを実施しています。

五十六年に胃検診を受けた方は千九百九十人、婦人ガン検診は二千八百七十三人。五十七年は胃検診が二千七百二十二人、婦人ガン検診（前期）二千三百六十八人となっています。

このように検診を受ける方は、年々多くなってきていますが、「自分は絶対だいじょうぶだ」と検診を受けない方もたくさんいます。しかし、こういう方に限ってガンで亡くなる方が多いのです。

ガンは、無症状のうちに芽ばえ、症状が出てからでは手遅れなのです。一年に一回は検診を受け早期発見に努めましょう。

なお、後期の婦人ガン検診は十月下旬に実施する予定ですが詳細は、九月十六日号広報でお知らせします。

保健センター保健指導医 高橋哲郎さん談

ガンは現在でも確かに恐ろしい病気の一つです。まかり間違えば確実に「死に到る病」となるからです。

過去二、三十年程前まではガンは身体のどこのガンであっても、ごく限られた運の良い人のみが、その命を救われたにすぎなかったのですが、現在の医療技術はガンの早期診断や治療法に、相当の力を発揮するようになりました。

胃ガン、子宮ガン、乳ガンなどの早期診断の方法は、もはや確立されたといっても過言ではないし、その他のガンの診断法や外科的また放射線的治療法なども、当時に比すれば格段の進歩を遂げており、白血病（血液のガンの一種）の中のある種のものは薬による治療で完治することもあるようになりました。

ただこれらのことはそれ相応の手数と、理に適った厳密な手段によってのみ可能となるのです。今やガンへの闘いは、いたずらにガンを恐れるのでなく冷静に合理的に立ち向うことです。

ガンバッテます

兄弟で大文字焼点火を体験

安保 透さん 明さん（東台四丁目）

「炎や火の粉が巻き上がってくるので、だいぶ離れていても暑かった！」と兄の安保透さん。「大館の夜景がきれいだった」と弟の明さん。

今年は、明さんが成人を迎えた記念すべき年。「これを記念してというわけじゃないが何かおもしろそうだな」と思って参加したそうです。

火の暑さと汗を流しながらの山登りでノドがカラカラ。家へ帰ってからのビールが最高にうまかったそうです。

「まちづくりと文化」を考える県民の集い

「まちづくりと文化を考える県民の集い」が本市で開催されます。秋田県の文化行政についてあなたも考えてみませんか。

▼テーマ 「まちづくりと文化」

▼日時 9月9日（木） 9時30分～16時30分

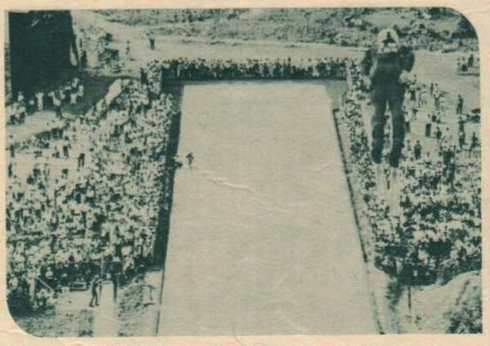
▼内容
- 基調講演
「地域社会と文化開発」
学習院大教授 加藤秀俊氏
- 実践報告
  - パネル討論
討論内容―自然を生かし、自然に溶け込む生活を具現するまちづくり他
座長―学習院大教授加藤秀俊氏
パネリスト―県知事、大館市長、合川町長、秋大教授肥田登、評論家野添憲治、華道家安藤和子、高校教諭伊藤哲允各氏

▼会場 文化会館中ホール

◀先月十四日、市民文化会館で五十七年度の平和祈念・戦没者合同慰霊祭が行われ、戦没者の冥福と恒久平和を祈りました。

フォトニュース

▼8月15日　長根山アストロシャンツエで、ジャンプ競技が行われ、全国から集まったジャンパーが華麗な飛行を見せてくれました。



第四回サマースキー大館大会

▲ローラースキー競技は猛暑の中長木川堤防道路で行われ、選手たちは汗だくになりながらスキーを滑べらせていました。

9月19日（日）は 教育の日

今年で7回目を迎える「教育の日」は、市民の皆さんに教育活動へ参加していただくとともに、教育的風土を大館にも根ざそうと始められたものです。日程は次のとおりです。

9時～9後50分　・記念パレード

＜市民文化会館＞

9時50分～12時30分　・ブラスバンド演奏
・パネル討論集会　・記念論文発表、表彰
13時～16時　・記念講演「人の心を結ぶ言葉」―エッセイスト下重暁子さん
・楽しく学ぶ集い

＜中央公民館＞　図画、版画、書道展など

＜商工会館＞　発明工夫展

市長の対話ノート No. 55

本質を見失わず

「美ぼう」誰でも望み、努力し、その欲望に応えようとする職業までであります。

社会人ですから他人に不快感を与えるより快感を与え、与えようとする努力は程度はともかく必要なことであります。しかしその本質は「健全と健康」であるということではないでしょうか。

とかく容姿、とりわけ「顔や姿」だけを美しさの評価の大部分と見ているようですがそれは極めて不健康であります。

顔を支えているのは身体であり、身体を支えているのは足です。という極めて自然のことを忘れているのです。

健康な足があってこそ健丈な内臓が保たれますし、丈夫な内臓があってこそ美しい顔があるのです。そしてこの本質を失わない心があってこそ、美しい顔に輝く目が存在するのではないでしょうか。

近代文明はすばらしい便利社会をつくりましたが、便利な余り健全な心（精神力）を失わせつつあるのではないかと思う時がありますが、それは私だけでしょうか

健康な身体、健康な心は健康な社会でこそ生まれ、育てることができるものでしょう。

今の社会が果して健康でしょうか、近い将来大変な不健康となる不安な芽がないだろうか。その不健康要素をとり除くためにはどうしたらよいでしょうか。

それは民主々義社会の原理、原点であるコミニケーションであり、住民参加でありましょう。そして、密室、独裁こそ最大の敵としなければならないでしょう。

そして少数意見こそ尊重され、その不安をとり除くことが保持されなければ形式民主々義といわれても仕方がないのではないでしょうか。

岡山健治郎

ゴミは完全に水切りして！

最近、ゴミ収集地に出されているゴミから汚水が流れ出て、付近に悪臭が漂っています。

市民大運動会