

気になる数字 Data Box

町長コラム



寄居町長 峯岸 克明

先月は季節外れの暑さの中、各地区において4年ぶりの敬老会が開催されました。75歳以上となり敬老の日を迎えられた皆様、誠にありがとうございました。おめでとうございます。また、各地区公民館役員の皆様、お忙しい中、開催に向けたご準備をありがとうございました。各地区の敬



本格的な長寿社会。4年ぶりの敬老会。

老会も大盛況で、多くの出席者を迎えての笑顔あふれる賑やかな会となりました。

寄居町では人口約3万2100人のうち、75歳以上の方が5800人です。そのうち、80歳〜89歳の方が2772人、90歳〜99歳の方が704人、100歳以上の方が22人で、最高齢者は104歳です。

一度しかない人生が、平均寿命60歳の時代と比べて飛躍的に延びたことは、とても素晴らしいことです。世界的に見ても、長寿社会の先頭を走っている日本。わが国の姿が、これから長寿社会を迎えるアジアの国々、そして世界のモデルとなります。

太平洋戦争後の焼け野原の中から、世界有数の経済大国、文化大国として日本を復興された75歳以上の皆様。令和という新しい時代を大いに楽しむとともに、年を重ねても元気にチャレンジする姿をもって、後に続く私たちの目標であり続けていただきたいと願っております。

※人数、年齢は令和5年9月1日現在です。



10月はピンクリボン月間です！

～自分の乳房に関心を持ち、意識する生活を～

ピンクリボンは、乳がんの早期発見・診断・治療を推進することを目的とする活動のシンボルマークです。乳がんは女性に一番多いがんです。発症のピークは40歳代から50歳代ですが、20歳代、30歳代で発症することもあります。若い方でも乳がんは決して他人事ではありません。

乳がんは自分で見つけることのできる数少ないがんです。自分の乳房の状態に日頃から関心を持ち、乳房を意識して生活すること(プレスト・アウェアネス)で、乳がんの早期発見につながります。日頃の観察と定期的な乳がん検診が重要です。

プレスト・アウェアネス

- ①自分の乳房の状態を知る
入浴や着替えのとき、ちょっとした機会に、見て、触って、感じてみましょう。
- ②乳房の変化に気を付ける
乳房のしこり、乳房の皮膚のくぼみや引きつれ、乳頭からの分泌物、乳頭や乳輪のびらんなどに注意して、自分の乳房が「いつもと変わりがないか」気をつけましょう。

- ③変化に気付いたらすぐ医師に相談する
乳房の変化に気付いたら、安易に自己判断せずに次の検診を待つことなく受診しましょう。
- ④40歳になったら2年1回乳がん検診を受ける
寄居町では、20歳以上の女性が2年に1回乳がん検診を受けることができます。

寄居町乳がん検診

- ▶対象/今年度に偶数年齢になる女性で
- 20歳以上40歳未満の方 ⇒ 乳房超音波検査 (エコー検査)
 - 40歳以上の方 ⇒ 乳房レントゲン撮影 (マンモグラフィ)
- ※今年度奇数年齢になる女性で、前年度に受診していない方も受診できます。
※検診場所・予約方法等、詳細は本誌4月号をご確認ください。

☎健康づくり課(☎581・2121内線211・212・216)

健康

開催します！健康まつり

4年ぶりに健康まつりを開催します。今年のテーマは「血糖について学ぼう」です。皆さん、ぜひお立ち寄りください。

- ▶日時/ 11月12日(日)午前9時～午後2時
- ▶場所/ 役場1階ロビー
- ▶内容

- 体内糖化測定 (AGEs)
⇒老化を進める原因物質とされているAGEsを測定
 - ベジチェック ⇒推定野菜摂取量を測定
 - 女子栄養大学の学生が考案したレシピの配布
⇒簡単に時短で作れるプラントベースフードを活用した朝食やおやつレシピ紹介
- その他、寄居薬剤師会と埼玉よりい病院にご協力いただき、薬剤師や管理栄養士による健康相談などを行います。
- ▶費用/ 無料

☎健康づくり課(☎581・2121内線211・212・216)

催し

寄居町合同表彰式

広く町民の模範となる功績のあった方や貢献をされた方を表彰します。表彰関係者以外の方も自由に入場いただけます。

- ▶日時/ 11月11日(土)午前10時～正午
- ▶場所/ 寄居町民ホール

表彰内容

- 寄居町表彰
- 商工会永年勤続者表彰
- 公衆衛生連絡協議会献血協力者表彰
- 交通安全ポスター・作文コンクール表彰
- 福祉標語表彰



☎総務課(☎581・2121内線315)

10月1日～11月30日は 麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動の実施期間です！

麻薬・覚醒剤・大麻・危険ドラッグなどの薬物乱用は、健康を害する大変危険なもので、自分の人生だけでなく、家族など周りの人たちの人生までも狂わせてしまいます。

特に大麻は「体に害がない」などの誤った情報で若者を中心に乱用が広がっています。薬物の誘いには、きっぱり、はっきり断りましょう。正しい知識を身に付け、薬物乱用を根絶しましょう。薬物でお困りの方はご相談ください。

☎健康づくり課(☎581・2121内線211・212・216)

相談・通報窓口	電話番号・受付時間	主な内容
あやしいヤクヅ連絡ネット (一社)偽造医薬品等情報センター	☎03-5542-1865 9:30～16:00 月～金曜日(祝日を除く)	危険ドラッグに関連する事例や健康被害に関する情報の収集、提供、相談
熊谷保健所	☎523-2811 8:30～17:15 月～金曜日 (祝日および年末年始を除く)	薬物乱用に関する一般的知識の提供、啓発資料の貸出、精神保健福祉相談として、個々の相談事例に応じた助言、関係機関の紹介
県薬務課	☎048-830-3633 8:30～17:15 月～金曜日 (祝日および年末年始を除く)	
薬物乱用に関する無料相談 (公財)埼玉県暴力追放・薬物乱用防止センター	☎048-822-4970 8:30～17:15 月～金曜日 (祝日および年末年始を除く)	薬物でお困りの方、お悩みの方の電話・面接相談
ヤングテレホンコーナー 県警察少年サポートセンター	☎048-861-1152 8:30～17:15 月～土曜日 (祝日および年末年始を除く)	薬物などで悩んでいる少年やその保護者からの電話・面接相談