

広告

市の「がん検診」では毎年必ず数名の方の「がん」が発見されています。しかしその「がん」は、早期発見であれば90%は治ると言われています。恐いのは検診ではなく、「自分だけは大丈夫」と思って何もしないこと。今まで受けたことがないという方も2015年をぜひ検診元年にしましょう!



札幌がん検診センター



浜益国民健康保険診療所

おとなのけんしん

Health Check

“元気な人”は受けています ある市民の「がん検診」への思い



皆 さんは「がん検診」を受けていますか？ 市では次のページに紹介する5つのがん検診を実施しています。しかし、その受診率は10%~20%台と低いのが現状です。

一方で、「定期的に受診している」という市民の方がいます。土門直美さん(65)もその一人。「爽やかな季節になったら受診すると決めています」という土門さんに、検診は面倒ではないかと尋ねると「自分の体のことですから、そんなふうには感じたことはありません」とにっこり。

土門さんには持病があります。30代で自己免疫疾患を発病。気持ちが落ち込んで、外出できない時期もあったと振り返ります。「でも、これから長い付き合いになる病気でよくよしてはられない」と取り組んだのが、食生活の改善と運動でした。

「自分の体のことは自分で管理するしかありません。まずは、できることから始めました」

病気と向き合うことで、「がん検診も自分のできることの1つ」と思えるようになった土門さんは、50代初めから定期的な受診。今では「がんになったら検診で早く見つけて早く治して、生活を楽しまたいんです」。その言葉通り、太極拳やリズムダンスで汗を流し、ブックスタートボランティアとして赤ちゃんに絵本の読み聞かせをするなど、充実した日々を送っています。

合言葉は「受ける↓けんしん 受け取る↓あんしん」。皆さんも土門さんのように「がん検診」を積極的に活用しませんか。☑