



## 大腸がん

近年、発症率が増しているがんの一つとして、大腸がんがあります。増加の傾向は鈍くなりつつあるものの、り患数では、男性で3位、女性では2位であり、死亡数は男性で3位、女性では1位となっています。

胃がんの減少とほぼ同時期に増加に転じており、近い将来、胃がんを超えるのではないとも言われています。

増加の原因としては、食生活の欧米化が挙げられます。具体的には、食物繊維の摂取の減少、加工肉（ハム・ソーセージなど）の摂取量の増加があります。

また、最近明らかになってきた原因として、運動不足と肥満があります。詳しい仕組みは不明ですが、運動不足の人や肥満の人は、そうではない人と比較して、大腸がんの発症が多いことが確認されています。しかも、大腸がん増加の要因としては、先に挙げた食生活の変化よりも大きく関与しているらしいことも分かっています。このことは、運動によって大

腸がんが予防可能であること、それも食生活の改善よりも効果があることを示しています。大腸がん予防の常識を変える知見といえます。

次に治療成績についてですが、5年生存率は75%と、良好な結果が得られています。これは、がん全体の平均よりも高く、ほぼ胃がんと同程度です。特に早期の症例では、5年生存率は、ほぼ100%です。そのため、早期発見が重要となりますが、早期では自覚症状に乏しく、医療機関を受診しないという問題があります。そこで、がん検診が重要となってきます。

大腸がん検診には、便潜血検査が用いられています。便中に含まれるがんからの出血を検出する検査で、簡便に行える上にがんの早期の検出に優れています。実際に大腸がん検診を受けている人は、そうでない人に比べて、大腸がんの死亡率が低いことが統計上も確認されています。

より多くの人に、大腸がん検診を受診してもらうことが望ましいでしょう。

## 俳句

選者 須藤火珠男

野萱草眩しき空に挑むかな 井上節子  
水打って日暮れの風を通しけり 星野恒志  
鶯の翻訳は無理音訳す 白土武夫  
合歡咲いて母の忌近しと思ひをり 湯沢くに  
女伊達賽銭賜る夏祭 渡辺ミチ子  
藤の花機械まかせのこの命 沼尾志朗

## 川柳

選者 日野原元児

君のためその一言で風も吹く 斎藤康則  
マネキンにまた騙された無駄遣い 大島仁章  
本箱を開いてみれば夢のあと 吉原一典  
平気だといわなきや崩れ落ちそうぞ 安井貴子  
絶対と言う約束を信じた 吉新勝夫  
反骨の虫も飼ってたお人好し 大橋芳明

## 短歌

選者 阿久津仲一

炎天下ゴルフボールはままならぬ思  
うにまかせぬ人の世の如し 関根真佐子  
水無月の風吹き渡り栗の花さかりと  
なりてきつき香のする 狐塚昭子  
野良仕事終えて明日への活力と薄め  
の焼酎やさしく滲みる 阿久津年秀  
芍薬のブーケに娘への愛包み母の日  
彼は一步を印す 齋藤和江  
里が好き小声で咳く街育ち山裾に湧  
く瀟を眺めつ 北崎君  
宇賀神節子

### 作品を募集しています

川柳・俳句・短歌を募集しています。氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、郵送またはFAXでご応募ください(二重投稿は不可)。  
なお、作品中の漢字には、ふりがなを明記してください。  
応募先及びくわしくは  
秘書広報課 広報広聴係  
☎(21)5135・FAX(21)5109

## みんな集まれ!

# 子育ての催し

※特に記載のないものは申込みの必要はありません。

### 地域子育て支援センターの催し

- ◎子育て健康相談 とき：9月4日(木)午前10時15分～11時45分 講師：市保健師
- ◎ベビーダンス とき：9月15日(月)祝午前10時30分～11時30分
- ◎おじいちゃんおばあちゃんも一緒に！ おほえよう応急手当 とき：9月16日(火)午後2時～3時30分 申込期限：9月11日(木) ※お子さんを預かります。
- ◎親子ふれあい歌あそびを楽しもう！ とき：9月17日(水)午前10時30分～11時15分
- ◎えいごであそぼう とき：9月19日(金)午前10時45分～11時15分
- ◎ママのお楽しみタイム(小物作り) とき：9月26日(金)午前10時15分～11時45分 申込期限：9月22日(月) ※お子さんを預かります。
- ◎地域子育て支援センター ☎(22)2299

### 日光親子ふれあいひろばの催し

- ◎楽しい親子工作 とき：9月8日(月)～12日(金)午前10時～午後3時 ※ひろば開設時間中、日替わりで工作遊びをします。ご自由にご参加ください。
- ◎親子体操親子のスキンシップを図りながら、元気に体を動かしましょう！ とき：9月19日(金)午前10時30分～正午 講師：小川智子氏
- ◎えいごであそぼう とき：9月26日(金)午前10時45分～11時15分  
ところ・申込先・くわしくは  
日光親子ふれあいひろば(日光福祉保健センター内)  
☎(54)3001

### 鬼怒川親子ふれあいひろばの催し

- ◎ひだまりサロン「お月見まんじゅう作り」 とき：9月5日(金)午前10時～正午 参加費：150円 持ち物：エプロン、手ぶき
- ◎敬老カレンダーを作ろう とき：9月3日(水)・4日(木)午前10時～正午 持ち物：写真データ
- ◎えいごであそぼう とき：9月29日(月)午前10時45分～11時15分  
ところ・申込先・くわしくは  
鬼怒川親子ふれあいひろば(藤原保健センター内)  
☎(76)0881

### 足尾親子ふれあいひろばの案内

- とき：9月16日(火)午前10時～正午 ところ：足尾認定こども園
- 申込先・くわしくは  
日光親子ふれあいひろば(日光福祉保健センター内)  
☎(54)3001

### その他の催し

- ◎ミニ運動会 とき：9月10日(水)午前10時～11時 申込開始：8月25日(月)から 先着20組
- ところ・申込先・くわしくは  
塩野室児童館 ☎(26)8937
- ◎お散歩に行こう とき：9月24日(水)午前10時～11時 申込期間：9月3日(水)～17日(水) 先着20名
- ところ・申込先・くわしくは  
せせらぎ保育園 ☎(21)2271