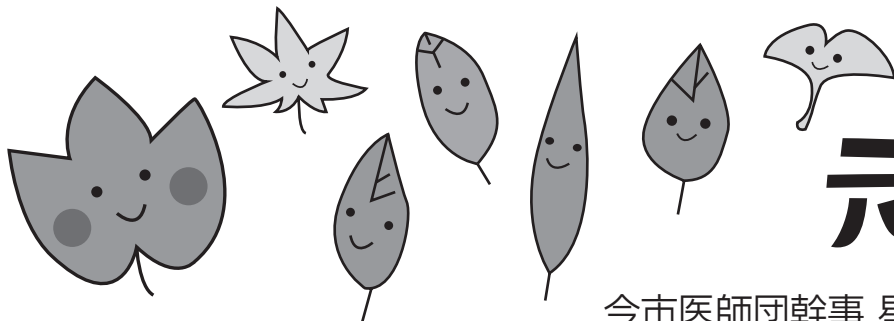




元 気 予 報

ほし の けい こ
今市医師団幹事 星野レディスクリニック 星野 恵子

膵^{すい}がんについて

膵臓は、胃の裏側にある約15cmの扁平^{へんぺい}の臓器です。膵臓は食べたものを消化する消化酵素を作る働きと、血液中の糖分の量を調節するインシュリンなどのホルモンを作り、血液の中に送り出すという2つの大切な仕事をしています。膵がん(膵臓にできるがん)は男性のがんによる死亡の第5位、女性では第4位で、年間約3万人(2014年現在)の患者さんが亡くなっています。そして、日本では、罹患率^{りかんりつ}(がんと診断される率)・死亡率とも上昇しており、また、診断されてから亡くなるまでの期間が短いからです。

膵がんは40歳ぐらいから増加し始め、年齢が高くなるにつれて多くなっています。診断時にはすでに進行がんであることが多く、予後は極めて不良です。膵がんが発見されにくい理由として、がんが大きくなるまで症状が出にくいことが挙げられます。がんが2cm以下の場合、患者さんの20%に症状がなく、1cm以下の場合では30%以上で症状がありません。膵がんの症状は腹痛が最も多く、次いで黄疸^{おうだん}、腰背部痛、体重減少と続きます。一方、約半数の患者さんに膵がん発症の2年以内に糖尿病の発症がみられます。しかしこれらの所見は、膵がんだけに現れるわけではありません。

膵がんがある場合の目安になる検査値である腫瘍^{しゅよう}マーカーも、がんが初期の段階ではあまり上昇しません。膵がんを疑った場合、次に画像検査を行います。通常、複数の画像診断を組み合わせて行います。腹部超音波検査、造影CT検査、MRI検査などを行います。小さい膵がんではこれらの検査を駆使^{くし}してもがんと診断できないことも多く、膵がんが疑われて手術をした患者さんのうち、5〜10%は良性疾患であったという報告もあります。

膵がんには危険因子があります。膵がんの家族歴がある人、糖尿病、肥満、慢性膵炎、膵嚢胞^{のうほう}、喫煙、多量飲酒者などです。危険因子を複数もつ方は、症状が出る前に画像検査を定期的に行うことが望ましいといわれています。



市民文芸

川柳

選者

大橋芳明

手の胼胝に技の値打ちを語らせる

佐藤忠介

脳トレのパズルが作る顔のしわ

宇賀神サク子

免許返納ペダル漕ぐ足地に着かず

青木照雄

私に似合いの羅漢探してる

吉原一典

もう止そう止そうと思う隠しごと

田中来川

俳句

選者

須藤火珠男

神橋の下手にも橋水温む

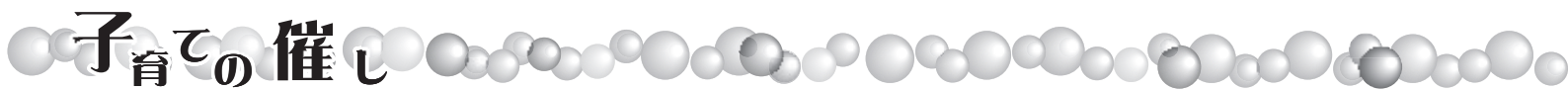
白土武夫

花万朶逢ひたき人は蔵の街

湯沢くに

痩せた恋愛暖炉の火むら燃えさかる

池田三夫



子育ての催し

講…講師 定…定員 ¥…費用 持…持ち物 申…申込期間 問…問合せ

場所	開催日時	内容
地域子育て支援センター (ショッピングプラザ日光内) 問…☎22-2299	6月21日(水) 午前10時30分～11時15分	◎親子ふれあい歌あそびを楽しもう！
	6月28日(水) 午前10時15分～11時45分	◎ママのお楽しみタイム つくってみよう！ 楽しい小物 申…6月21日(水)まで ※お子さんを預かります
	7月2日(日) 午前10時30分～11時45分	◎パパも一緒にうれしいな！ セタかざり製作 定…親子20組(先着順) 申…6月28日(水)まで
日光親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) 問…☎54-3001	6月8日(木) 午前10時30分～正午	◎ママトーク 講…親学習チーム日光 申…6月5日(月)まで ※子育て中のお母さん同士、日頃の悩みを気軽に語り合しましょう ※お子さんを預かります
	6月13日(火) 午前11時15分～11時45分	◎えいごであそぼう 講…市国際交流員 ※英語のあそび歌や絵カード遊び、読み聞かせ など ※年齢・月齢・障がいなどに関係なく参加できます
	6月16日(金) 午前10時30分～11時30分	◎ベビーマッサージ 講…岩本恵利氏 定…親子15組(先着順) 申…6月13日(火)まで ※今回はオイルを使わず、洋服の上からのマッサージです。お母さん とお子さんのリラックスタイムを楽しみましょう
鬼怒川親子ふれあいひろば (藤原保健センター内) 問…☎76-0881	6月2日(金) 午前10時～正午	◎ひだまりサロン「ベビーアロママッサージ」「ママのボディケア」 講…オピニオンリーダー藤原支部 ¥…50円 ※簡単にできる身体 の歪み改善体操などを行います。素足になれる靴下でお越しください
	6月7日(水) 午前10時～正午	◎ポーセラシングアート 講…斎藤球好氏 対象…親子 ※カップに絵付けをします
	6月16日(金) 午前11時～11時30分	◎えいごであそぼう 講…市国際交流員 ※英語のリズムで遊びましょう ※どなたでも 参加できます
足尾親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) 問…☎54-3001	6月12日(月) 午前10時～正午	



作品を募集しています

氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、
郵送またはFAX、メール(hishokouhou@city.
nikko.lg.jp)で応募ください(二重投稿不可)。
漢字には、必ずふりがなを明記してください。

応募先およびくわしくは
秘書広報課 広報広聴係
☎(21)5135・FAX(21)5109

短歌

選者 川田美佐男

転んでも泣かない子供福寿草
桜の宴花びら一ツ添えて飲む
植竹勝
沼尾紫朗

子の挙式に飛ばす折鶴鮮らけし夫と繙く三十年の歴
史 齋藤和江
浮き雲に梯子を伸ばし枝を伐る残り三本息を凝らし
て 阿久津年秀
八人と師の旅路の果て月蒼く那須連山は雪崩れ鎮め
て 石原悦子
カタクリの優雅な姿春美人里山の野に人引き寄せる
青木林吉
早春の野に芹を摘み厨辺に香りたたせて天ぶら揚げ
る 狐塚昭子