

# 中高年の方は要注意！大腸がん

## 大腸がん検診を受けて予防しましょう

くわしくは 健康課 ☎0288(21)2756

**大腸がんは増えている！  
進行するまで自覚症状がない！**

大腸がんは40歳ぐらいからかかる人が増え、平成30年には全国で年間5万人の方が大腸がん で亡くなっています。部位別がん死亡数では、大腸がんは男性第3位、女性第1位と高くなっています。

日光市においても、令和元年度に大腸がん検診(集団検診)で要精密検査となった方のうち、約2・3人に1人(42・7%)に「大腸がん・ポリープ・腺腫」が見つかっています。ポリープや腺腫は放っておくと将来的に大腸がんを発症する可能性があります。

大腸がんは進行するまで、ほとんど自覚症状がありません。「症状がないから」「がんが見つかったら怖い」「(大腸がん検診で便潜血反応があっても)どうせ痔の出血だろう」と必要な検査を受けずに放っておくと、大腸がんが進行する可能性があります。

精密検査を受ける必要があります。主な精密検査は、腸の中をきれいにし、細い管状のカメラを肛門から挿入する「大腸内視鏡検査」になります。大腸内視鏡検査は、通常10～15分程度で終了します(前処置などは除く)。

### 日光市の大腸がん検診

大腸がんは早期に見つけて治療すれば、95%以上の人が治ります。

日光市では、集団検診・人間ドックにおいて、大腸がん検診を行っています。

大腸がん検診は、事前に便を2回分採り、検診当日に持参し問診を受けて終了する比較的簡単な検診です。40歳以上の方で、医療機関で大腸・肛門の病気で治療や経過観察を行っていない方は、年に1回の定期的な受診をお勧めします。

### 大腸がん検診の精密検査について

大腸がん検診の結果、便潜血反応がみられた場合は、早期に



精密検査を受ける必要があります。

主な精密検査は、腸の中をきれいにし、細い管状のカメラを肛門から挿入する「大腸内視鏡検査」になります。大腸内視鏡検査は、通常10～15分程度で終了します(前処置などは除く)。

検査と同時に、がんの原因となるポリープを切除することも可能です。

精密検査を受ける際は、医療機関への予約が必要です。

精密検査が受けられる医療機関について詳しく知りたい方は、健康課までご相談ください。

## ポイントをためて健康とクオカードを手に入れよう！ ～にっこう健康マイレージ～

**対象者**…19歳以上の市民の方

**必須条件**…特定健診・はつらつ健診・一般健診、職場での健診、人間ドックなどの受診

**ポイントが付く健康づくり活動**…

- ①「運動」「食事」「歯」の健康づくりを4週間行い、チャレンジシートに記録する
- ②がん検診等の受診、ポイントが付く教室・講座・イベントへの参加、民間スポーツクラブ(フィットネスクラブなど)・自主サークル・ボランティア活動・感染症予防の取り組みなど

**応募内容**…チャレンジポイント数を達成した方全員にクオカードをプレゼント(クオカードは、全国の書店やコンビニなどで金券として使えます)

**プチチャレンジ(100～149ポイント)**…クオカード1,000円分

**ビッグチャレンジ(150ポイント以上)**…クオカード2,000円分

**チャレンジシート設置場所**…健康課、保険年金課、各行政センター・地区センターなど

**申請期限**…令和4年3月31日(木)まで ※郵送の場合は必着

**申請先**…健康課(今市保健福祉センター内)、各行政センター・地区センターなどの窓口



# ひとり親家庭のお母さんやお父さんの自立を支援します！



くわしくは 人権・男女共同参画課 男女共同参画推進係 ☎0288-21-5148

市は、ひとり親家庭のお母さんやお父さんが就職に結びつきやすい資格を取得できるよう、さまざまな支援を行っています。

## ◆自立支援教育訓練給付金

就職やキャリアアップのため、あらかじめ指定された「教育訓練講座」を受講し修了した場合、受講費用の一部を支給します(ただし、雇用保険の教育訓練給付金の受給資格がある方は、その受給額を差し引いた額を支給します)。

## ◆高等職業訓練促進給付金など

看護師や保育士、社会福祉士、栄養士などの資格取得のため、養成機関で修業する場合、4年を限度に修業期間中の生活費の軽減のため給付金を支給します。また、養成課程修了後に修了支援給付金を支給します。

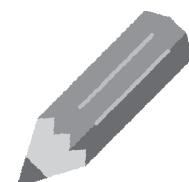
## ◆高等学校卒業程度認定試験合格支援事業

中学校卒業(高等学校中退を含む)のひとり親家庭のお母さん、お父さん、そのお子さん(20歳未満)が、高等学校卒業程度認定試験の合格を目指す場合に、講座受講費用の一部について給付金を支給します(受講修了時給付金および合格時給付金)。

※いずれも受講を開始する前に必ず問合先へご相談ください

※給付金の内容は変更になる場合があります

※その他、自立に向けた就職相談や、お子さんの修学費用の貸付制度などもあります。専門の母子・父子自立支援員が相談に応じますので、お問い合わせください



## 市営住宅入居者へ

### 「収入申告書」の提出をお願いします

市営住宅に入居している方は、令和4年度の家賃を算定するため、入居者および同居親族の令和2年1月1日～12月31日の収入などの申告が必要です。

通知をお送りしますので、内容をご確認の上、所定の用紙に記入し、必要書類を添付して担当窓口まで提出してください。

提出期限までに申告書の提出が無い場合は、収入の確認ができないため、法律の規定により所得に関わらず、近傍同種(民間賃貸住宅並み)の家賃となります。

期限までに忘れずに提出してください。提出期限は8月31日(火)です。

## 近傍同種の住宅家賃と市営住宅の家賃の違いは？

近傍同種(民間賃貸住宅並み)の家賃は、償却費、修繕費、管理事務費、損害保険料などを基に設定されています。

一方、公営住宅の家賃は、住宅に困っている低所得者に対し安い家賃で賃借する目的で設定されています。

また、国からの補助を受けて建設および管理されているため、民間の住宅家賃の半額以下程度になるように設定されています。

## 家賃などの期限内納付にご協力ください

家賃および駐車場使用料は毎月25日が納期限です。納期限までに納入をしない場合、督促状を発送します。

なお、家賃を3カ月以上滞納すると、連帯保証人にも催告書を発送し、住宅の使用許可の取り消しや、明け渡し請求を行う場合があります。

裁判などの手続きをすることもありますので、家賃を納められない特別な事情がある場合には、各担当窓口までお早めにご相談ください。

## 提出先およびくわしくは

- 建築住宅課 ☎0288(2)5164
- ①産業建設係 ☎0288(5)1114
- ②産業建設係 ☎0288(7)4107
- ③産業建設係 ☎0288(9)3117
- ④産業建設係 ☎0288(9)1133