

名称等	女性の健康週間イベント 乳がん予防講演会の開催
実施日時	平成 31 年 3 月 3 日(日) 10 時 00 分～12 時 00 分
場 所	沼津市保健センター 1 階 保健指導室 住所:沼津市八幡町 97
担 当	市民福祉部 健康づくり課 直通 055-951-3480 内線 5354

1 内 容

医師による乳がん予防講演会(講師:沼津市立病院 外科 木村 正幸)
運動指導士によるリンパマッサージ(運動指導士:内藤 ルミ子)

対象は、市内在住の女性 30 人程度(先着順)

申込受付は、平成 31 年 2 月 14 日(木) 9 時から電話で (055-951-3480 または 055-951-2460)

2 目的・理由

女性の 12 人に 1 人が乳がんに罹患すると言われる乳がん予防について、正しい知識の普及啓発を図る。

3 経緯・経過

厚生労働省では、女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援するため、毎年 3 月 1 日～8 日を「女性の健康週間」と定めています。

そして全国では様々なイベント等が展開されていますが、本市では本講演会を開催することで、女性の健康を支援するものです。

4 影響・効果

- ・乳がん予防として、乳がん検診の大切さを学び乳がん検診の受診率向上と、乳がんの早期発見・治療につなげることができる。
- ・むくみやすい女性の身体をリフレッシュさせるための自分で手軽にできるリンパマッサージを知ることができる。

5 特徴

昨年度は、大人と子どもの健康をテーマとし、親子ロコモ予防体操を盛り込んだ親子体操を実施。

今年度は、健康づくり課が主催する乳がん予防講演会と、各関係団体との共催で「女性の健康週間 市民公開講座～女性が健やかに生きるヒント～更年期を上手く乗り切るコツ～」を 3 月 9 日(土) 13 時～16 時 プラサヴェルデ コンベンションホールBで開催します。