



8月31日に行った報告会で。佐藤杏樹さんと穂積市長



**秋田商業高校3年 佐藤杏樹さん
レスリングU17世界選手権女子65キロ級**

見事金メダル!

7月27日・28日に、イタリア・ローマで開催された「レスリングU17世界選手権」の女子65キロ級で優勝した、秋田商業高校レスリング部の佐藤杏樹さんが、穂積市長へ報告に訪れました。

佐藤さんは初めての国際大会でしたが、2回戦でウクライナの選手に判定勝ち後、決勝まで手強い試合展開で順調に勝ち上がり、決勝ではルーマニアの選手に5-2の判定勝ちで見事初優勝を果たしました。これからの活躍にも期待大ですね。

■問い合わせ スポーツ振興課

☎(0888)5611



9月7日の協定締結式で。穂積市長の右がわらび座俳優の丸山有子さん、右端がわらび座代表理事の今村晋介さん

わらび座と演劇や民俗芸能で相互協力!

9月7日、秋田市と一般社団法人わらび座が「フレンドリータウンに関する協定」を締結しました。

この協定では、相互の資源を有効活用し、連携・協力しながら、演劇や民俗芸能を通じた地域振興をはじめ、青少年の健全育成や文化振興、観光振興などを目的としています。

■問い合わせ

文化振興課 ☎(888)5607

粗大ごみの申し込みがスマートフォンやパソコンから24時間できるようになりました



これまで日中に電話で申し込む必要のあった粗大ごみの収集について、スマートフォンやパソコンからオンラインで、24時間申し込むことができるようになりました。ぜひアクセスしてご利用ください!

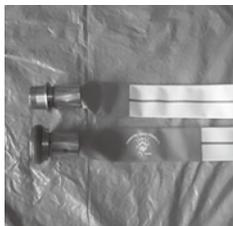
◆広報ID番号 1035706

宝くじの助成金を活用し消防用ホースを整備

財団法人自治総合センターが実施する宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの収入を財源とするコミュニティ助成が行われています。秋田市消防団では、この助成金を活用して消防用ホース39本を整備し、訓練や火災発生時の迅速な消火活動に役立てています。

■問い合わせ 消防本部警防課

☎(823)4243



■問い合わせ 環境都市推進課

☎(888)5708

- 【ご利用の流れ】**
- ① 24時間好きな時間にスマートフォンか、パソコンでオンライン申し込みページにアクセス
 - ② 利用者登録した後、粗大ごみ収集を予約(登録しなくても予約できます)
 - ③ 後日申し込みの完了メールが届きますので、手数料をオンライン決済します(クレジット払い)。これまでどおりの「粗大ごみ用証紙」での支払いも選択できます
 - ④ 収集日の午前9時までに玄関前などに出示してください
- *これまでどおり電話での申し込みも利用できます。



健康な 今こそ受けよう がん検診！

10月はがん検診受診率50%達成に
に向けた集中キャンペーン月間

現代は
「一生のうち "2人に1人" ががんになる」
といわれています。



「健康だから大丈夫」と思っていないですか？

がんは、生活習慣や生活環境の影響が大きいとされていますが、早期のがんにはほとんど自覚症状がありません。そのため、自覚症状が出たときには、すでに進行していることもあります。

検診によって発見されたがんは、自覚症状が出てからの受診によるものと比べて早期のがんが多く、早期の場合は、大腸がんのように9割以上が治るものもあります。

あなたとあなたの大切な人のために

がんが早期で発見された場合、治療方法を選ぶことができ、治療に要する期間や治療のための精神的・身体的負担だけでなく、経済的負担も軽くすることができます。

がんにより、家族、友人、職場のかたなど、多くの方がさまざまな影響を受けることとなります。あなただけでなく、あなたの大切な人のため、生活習慣に気を配り、検診を受けましょう。

「ブレスト・アウェアネス」で乳がんの早期発見を

ブレスト・アウェアネスは「乳房を意識する生活習慣」です。ご自身の乳房の状態に日頃から関心を持って生活することで、乳がんの早期発見につながります。次の4つのポイントを意識しましょう。

- ①乳房の状態を知る(セルフチェックを！)
- ②変化に気をつける(しこりや血性の乳頭分泌など)
- ③変化を感じたらすぐに医療機関へ
- ④定期的に乳がん検診を(2年に1回の受診)



「秋田市健診ガイド」をご覧ください

職場などで検診を受診する機会のないかたを対象に、各種検診を行っています。検診を実施している医療機関や料金などは、5月に全戸配布した「秋田市健診ガイド」(右写真)をご覧ください。

なお、胃がん検診と胸部検診は、検診車が市内を巡回しています。巡回日程や予約方法は、「秋田市健診ガイド」か市ホームページをご覧ください。広報ID番号 1005381



▶**集団健診(地域巡回する胸部・大腸・胃がん(胃部X線)を含む)は完全予約制です！**…会場の密集や滞在時間の短縮を図るなどのための変更です。ご理解とご協力をお願いします

▶**集団健診の全日程を「秋田市健診ガイド」に掲載しています**…地域巡回する検診の日程もすべて健診ガイドに掲載しています

問い合わせ▶保健予防課☎(883)1176

骨粗しょう症検診とおとなの歯科健診を受けましょう



骨粗しょう症検診は5年に1度、おとなの歯科検診は10年に1度の受診機会となります。対象のかたは、ぜひ受診しましょう。

▶骨粗しょう症検診の対象

40・45・50・55・60・65・70歳の女性

▶おとなの歯科健診の対象

30・40・50・60・70歳のかた

●左記の「秋田市健診ガイド」か市ホームページで、検診を実施している医療機関を確認の上、直接お問い合わせください

ドクターからのアドバイス

◆三浦整形外科医院 三浦利哉院長

骨粗しょう症は、骨量が減って骨折しやすくなる病気です。骨の新陳代謝には女性ホルモンの作用が大きく関与するため、女性に起こりやすい病気です。骨量が減っても症状はほとんどないため、骨折を起こして初めて診断されることが多いです。寝たきりや自立した生活ができない、要介護状態となる原因の多くは脳血管障害や認知症ですが、女性の場合は骨折・転倒が上位になります。検診でご自身の骨量を把握し、骨粗しょう症の診断を受けたかたは骨量の減少と骨折を防ぐために早期から治療を開始しましょう。

◆安倍歯科医院 小林崇之院長

お口の健康を保つには、歯と歯肉が健康でなくてはなりません。むし歯や歯周病は痛み症状がないままゆっくりと悪化します。お口の健康を保つには定期的に健診を行うことが大切です。

秋田市の健診事業は全国市町村の中でも大変手厚く行われています。「おとなの歯科健診」では、30・40・50・60・70歳と区切りの年齢で行うことができ、歯と歯肉の2つの疾病をチェックし、お口の健康状態を把握することができます。

ぜひこの機会に、「おとなの歯科健診」を活用してください。