



谷口 勝紀 医師  
(吉備医師会から)

子宮がんには2種類あります。子宮の入り口にできる子宮頸がんと子宮の奥にできる子宮体がんです。どちらの初発症状も出血です。

子宮頸がんはヒトパピローマウイルス (HPV) の性交渉による感染が原因です。近年若い人に増えてきており、女性では乳がんに次いで2番目に多いが

今月のテーマ  
子宮がん

検診を受けて、早期発見をしましょう

んです。女性は一生のうちに70%から80%の人がHPVに感染しますが、ほとんどの人は免疫力で排除できます。まれに長期間細胞内に留まっていると細胞が変化し、前がん状態から、初期がんになる人もいます。この間、3年から5年といわれていますので、子宮がん検診を受けることによって、前がん状態での早期発見が可能です。またHPVに対するワクチンも実施されており、今や子宮頸がんは予防可能ながんになりました。

一方、子宮体がんは閉経後に多く、肥満、糖尿病、ホルモン

異常と関連があるといわれています。閉経後に出血のある人、更年期に生理か出血か、はっきりわからない人は産婦人科を受診してください。

総社市では、できるだけ多くの人に子宮頸がん検診を受けていただくため、20歳、25歳、30歳、35歳、40歳の女性に、クーポン券(無料)が送付されています。これを利用して、一度産婦人科を受診し、子宮頸がん検診を受けてください。がん以外の病気の早期発見にも役立ち、自分の子宮、卵巣の状態がわかるいい機会です。

安全・安心  
総社署からのすすめ

岡山県警察では、地域ぐるみによる子ども・女性安全対策に役立ててもらおうと、携帯電話への「不審者情報」、「交通安全情報」などのメール配信を行っています。名称は、岡山県警察「ももくん安心メール」です。

■配信する情報の内容

○子ども・女性不審者情報

子ども(18歳未満の人、高校生のみ18歳を含む)や女性(18歳以上の女性、高校生のみ18歳

「ももくん安心メール」の活用を

を除く)に対する「声かけ」や「つきまとい」などの不審者情報

○子ども・女性防犯情報

通学路などにおける子どもや女性の安全確保に必要な情報  
例：連続発生犯罪情報、不審者情報など

○一般防犯情報

一般の安全対策に必要な情報  
例：振り込め詐欺、ひったくりの防犯情報など

○交通安全情報

子どもや高齢者を対象とした交通事故防止ワンポイントアドバイスやドライバー、自転車、歩行者向けの交通安全情報など、交通事故防止対策に必要な情報

※必要に応じて「地図情報」を添付して配信します。

■登録の方法

①携帯電話で(momo@psmail.jp)あてに空メール(件名、本文を記述しないメール)を送信します。

②自動で返信される説明画面から必要項目(住所地、グループ別、性別、年代別、情報提供区分、情報希望エリアなど)をチェックすれば登録が完了し、誰でもメール配信を受けることができます。

◆安心メールを活用し、安全対策をしましょう。

監修・問い合わせ 総社警察署 (☎94-0110)

市民総合スポーツ祭

◆市民総合スポーツ祭の参加資格・種目・場所・内容◆

☆参加資格：市内に在住・在勤・在学および市体育協会に加盟している人

種目	場所	内容
ソフトバレーボール	市スポーツセンター きびじアリーナ (サブアリーナ)	☆部門：男女混成(女2人、男2人)・ファミリー(中学生まで)・女4人のみ ☆その他：初心者歓迎。服装は自由で、体育館シューズを使用。1人から参加可。当日チーム編成
グラウンドゴルフ (雨天の場合16日)	市スポーツセンター 多目的広場	☆試合：ペア(2ラウンド)、個人戦(2ラウンド)。1人から参加可 ☆その他：初心者歓迎。道具は持参(初心者には貸し出しあり)
弓道	武道館 弓道場	☆試合：近的4ツ矢3立または2立、立射、的中制の3人1組団体戦(当日抽選) ☆その他：学生は中学生以上
軟式野球	市スポーツセンター 野球場	☆試合：市内小学6年生で編成した複数チームで実施 ☆その他：雨天の場合、日程は協議により決定
ハンドボール	市スポーツセンター きびじアリーナ (メインアリーナ)	☆チーム編成：1チーム7人(最低5人) ☆部門：男子の部・女子の部 ☆その他：組み合わせ抽選と代表者会議は、当日の開会式終了後に行う
ソフトテニス (小雨決行)	市スポーツセンター テニスコート	☆試合：ダブルス、原則個人での申し込み(ペアは当日抽選) ☆その他：テニスシューズを使用
テニス (小雨決行)	清音ふるさと ふれあい広場 (第1テニスコート)	☆試合：ミックスダブルス(年齢やランクでクラス分け) ☆その他：運動のできる服装で、テニスシューズ使用
歩け歩け運動 (雨天決行)	市スポーツセンター 多目的広場出発	☆コース：きびじアリーナ～宝福寺～きびじアリーナの約10kmのコース ☆その他：弁当持参。歩きやすい服装で、必要に応じて雨具、つえを持参
バドミントン	総社西中学校 体育館	☆種目：男女ミックスダブルスA、B、C、D(初心者)級。(ペアで申し込み) ☆その他：運動のできる服装で、ラケット、体育館シューズが必要
卓球	きびじアリーナ (メインアリーナ)	☆部門：小学生の部、中学生の部、レディースの部(25歳以上の女性) ☆試合：小・中学生の部は個人戦、レディースの部は3人1組(当日抽選)でダブルスのチーム戦 ☆集合時間は午後1時。準備ができ次第、試合開始
ゲートボール (雨天の場合15日)	東公民館グラウンド	☆チーム編成：1チーム7人以内(審判員2人以上含む)で年齢、性別は問わない
陸上競技 (小雨決行)	総社北公園 陸上競技場	☆小学生の部 男女：100m(5年生以上・4年生以下)、60mハードル、4×100mリレー、走り幅跳び(5年生以上・4年生以下)、走り高跳び、男子：1000m、女子：800m ☆中学生の部 男子：100m、400m、1500m、4×100mリレー、走り幅跳び、走り高跳び、女子：100m、800m、4×100mリレー、走り幅跳び、走り高跳び ☆高校生の部 男子：100m、1500m、4×100mリレー、走り幅跳び、走り高跳び、女子：100m、800m、4×100mリレー、走り幅跳び、走り高跳び ☆一般の部 男子：100m、1500m、4×100mリレー、走り幅跳び、走り高跳び、女子：100m、800m、4×100mリレー、走り幅跳び、走り高跳び ☆その他：参加は1人2種目まで(リレーは除く)。スパイクピン7ミリ以下
太極拳	武道館	☆講習時間：午前10時から正午まで ☆講習内容：初心者入門編、経験者は24式の講習会を行う ☆その他：初心者歓迎。運動のできる服装で、体育館シューズを持参
サッカー (小雨決行)	山手スポーツ広場 多目的グラウンド	☆チーム編成：地域や職場、クラブなど自由(1チーム8人以上で年齢、性別は問わない) ☆試合：少年用コートで行う8人制のゲーム。各チーム2試合程度の親善試合
ベタンク	清音ふるさと ふれあい広場 (ベタンク場)	☆チーム編成：1チーム3人(年齢・性別は問わない)1人から参加可(当日チーム編成) ☆その他：初心者歓迎
ニュースポーツに チャレンジ (スナックゴルフ・ トランポリンなど) (雨天中止)	市スポーツセンター きびじアリーナ前	スナックゴルフ：ゴルフをお手軽にニュースポーツで!! トランポリンなど ☆参加料：無料(当日参加可) ☆午前10時から午後3時まで ☆服装は自由。グループ、個人いずれでも参加できる ☆当日参加を受け付けるため、保険はかかりません

※当日は、午前9時から市スポーツセンター多目的広場で開会式を行った後、各会場で競技を開始します。開会式への参加をお願いします。雨天の場合は、きびじアリーナのメインアリーナで開会式を行います。※各会場の駐車場に限りがありますので、できるだけ乗りあわせをお願いします。※各会場の開館時間は午前8時30分です。

参加者募集!!

10/14 (祝)  
9:00~

10月14日(祝)の午前9時から行う市民総合スポーツ祭の参加者を募集します。  
参加資格・種目・場所・内容を左の表のとおり  
参加料 1人2000円(保険料を含む)。「ニュースポーツ」にチャ

「レンジ」は参加無料で当日きびじアリーナ前にて受付  
申込方法 市体育協会の事務所(市スポーツセンターのサブアリーナ南側)に備え付けの用紙に、住所、氏名、生年月日、電話番号、参加種目などを記入し、参加料を添え

て申し込む。電話やファクシミリなどでの申し込みはできません  
申込期間 9月16日(祝)から30日(月)まで。(土・日・祝も可)受付時間は、午前9時から午後4時まで  
問い合わせ 市体育協会事務局 (☎93-0226)