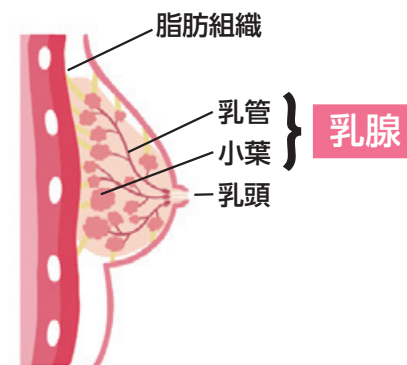


10月は 乳がん月間です



ID 1015291
健康課(☎042-581-4111)



日本人女性の9人に1人(※1)がかかるという乳がん。乳房の中で母乳を作る部分である乳腺にできるがんで、日本人女性がかかる中では最も多いがんです。

働き盛りの世代に多く、40～50歳代では女性のがん死亡原因の第1位になっています。

※1 国立がん研究センターがん登録・統計累積罹患リスク(2018年データに基づく)

検診とセルフチェックで早期発見

- 早期発見で**90%以上の方の治癒**(※2)が見込めますが、早期は自覚症状がないことが多いため、定期的な検診とセルフチェックが重要です。
- マンモグラフィによる乳がん検診は、乳がんによる死亡率を減らすことが確認されています。

※2 ここでいう治癒は診断から5年の生存率です



がん検診ジャーにゆうピンク

乳がん検診・子宮頸がん検診

乳がん検診は40歳から2年に1回、子宮頸がん検診は20歳から2年に1回受けましょう！

☎令和4年2月28日(月)まで☎指定医療機関☎乳がん検診1,500円、子宮頸がん検診800円※今年度40歳を迎える方は健康保険証、今年度無料クーポン券対象者はクーポン券、生活保護受給者または中国残留邦人等支援給付受給世帯は受給証明書を持参で無料☎健康保険証

今年度の
無料クーポン券
対象者

乳がん検診
年度末年齢41歳の方

子宮頸がん検診
年度末年齢21・26・31
歳の方



ピンクリボン運動

ピンク色のリボンをシンボルに、乳がんの正しい知識の普及啓発、検診の早期受診を勧奨する目的に行われる世界規模の啓発キャンペーンです。



「ひのった」健康NOTE

第66回 テーマ：
フレスト・アウェアネス

ID 1015290
健康課(☎042-581-4111)



ひのみさん、フレスト・アウェアネスを知っていますか？

はい！日ごろから自分の乳房に関心を持ち、意識して生活することです。乳がんの早期発見・診断・治療につながる、女性にとって非常に重要な生活習慣ですね。



ひのったの妹
ひのみ

その通りです。次の四つを実践しましょう。

- ①日ごろから自分の乳房を見て触って、正常な状態を知る(セルフチェック)
- ②気をつけなければならない乳房の変化を知る
- ③乳房の変化を自覚したら、すぐに医療機関へ行く
- ④40歳になったら2年に1回定期的に乳がん検診を受診する

セルフチェックも、お風呂や着替える時に気軽にできるというですね。フレスト・アウェアネスを心掛けることで、自分の乳房への関心が高まって、変化に気付けそうです。



- 日頃から自身の乳房に関心を持ち、セルフチェックで変化に気付いたら医療機関を受診しましょう。
- 40歳になったら、2年に1回定期的に乳がん検診を受けましょう。

市長の うごき



ID 1016405 市長公室秘書担当 代表☎

▶8月後半

[18日] 令和4年度東京都予算編成に対する要望 [20日] 東京パラリンピック聖火採火式、東京都市長会議 [22日] 日野市特措法新型コロナウイルス対策本部会議、東京パラリンピック聖火リレー点火セレモニー [25日] 日野市表彰審査会、明治安田生命保険相互会社との包括連携協定締結式 [30日] 定例記者会見 [31日] 南多摩三市長による東京都への緊急要望書提出

▶9月前半

[1日] 監査委員辞令交付式、市議会定例会(行政報告、議案上程) [3日] 市議会定例会(一般質問) [6日] 市議会定例会(一般質問、請願上程) [7・8日] 市議会定例会(一般質問) [9日] 市議会定例会(一般質問、議案上程) [11日] 日野市特措法新型コロナウイルス対策本部会議、まちと空き家の学校シンポジウム



秋野菜レシピ



ID 1007571 都市農業振興課(☎042-514-8447)

旬の日産野菜を使って実りの秋を実感！とっても簡単

さつまいもご飯【作り方】



【材料(5人分)】

- サツマイモ…480g 程度
- 米…3カップ
- 酒…50cc
- 塩…小さじ1と2分の1
- 黒ゴマ…適量
- 大葉(あれば)…20枚くらい

- ①米を洗い、酒・塩を入れ、普通の水加減にする
- ②サツマイモは1cm角に切り、水が濁らなくなるまで洗う
- ③サツマイモの水を切り、①の米の中に入れて炊く
- ④器に盛り、黒ごまを振る。あれば、大葉を刻んで散らす

「まちくさ会」は平成17年から活動を続ける女性農業者団体です。現在、農業に興味のある女性を募集中です(農業者以外も可)。

目とき 場ところ 内内容 講講師 対対象 定定員 ¥費用 持持ち物 他その他・注意事項 申申し込み 問問い合わせ

消費生活 センターから

ID 1017611

日野市消費生活センター(☎042-581-3556※土曜・日曜日、祝日を
除く午前9時30分～正午、午後1時～4時)、消費者ホットライン(☎188)



F X自動売買ソフトのマルチ、新型コロナの流行に伴い若者の投資の被害が増えています

▶事例

高校時代の友人に「セミナー付きのA I(人工知能)によるF X(外国為替証拠金取引)自動売買ソフトで、絶対もうかる。1千万円の年収も夢ではない」と言われ、紹介されたA社の担当者と消費者金融に出向き、学生ローンで60万円を借りた。

担当者に指示されるまま、60万円で暗号資産(仮想通貨)を購入し、その暗号資産でB社のF Xの自動売買ソフトを購入した。その後、オンラインでF Xについてのセミナーを8回受け取引をしたが、実際にはもう

からない。5人を勧誘して初めて25万円がもうかるマルチと分かった。不審なので解約したい。(20代男性)

▶アドバイス

ピラミッド式販売組織の会員になり、商品を販売し紹介料をもらうビジネスは、マルチ商法です。契約書面を受け取ってから20日以内であればクーリング・オフが可能です。契約書はなく、A社、B社の所在地や電話番号は分からず、B社は海外の業者なので返金を求めることは困難です。

絶対もうかると言われても信用せ

ず、特定商取引法で定められた契約内容・事業者の所在地・電話番号などをよく調べましょう。記載のない業者との契約は危険です。F Xはリスクの高い取引です。仕組みが分からなければ、知人からの勧誘であっても断る勇気が必要です。不審に思ったらすぐ相談してください。



(消費者庁イラスト集より)



こぼれ話 50

日野市に残る字限図

あざぎりず

ID 1018140

郷土資料館
(☎042-592-0981)



字限図は、正式な名称を「小字限り切り絵図」といい、手書きで彩色された小字ごとの絵図です。明治6年(1873)から13年にかけて実施された「地租改正」に関連して作成されました。

字限図は、江戸時代の絵図とは異なり、実測された地籍図で、地番が記入され、田・畑・屋敷など地目ごとに色分けされ、道路・用水なども詳細に記入されています。日野市には、市域全体の小字の9割ほどに当たる246枚が現存しています。大きさは絵図によってまちまちですが、およそ一辺が80センチ程度のもので、

作成に当たったのは、それぞれの村でかつて名主や組頭をつとめた人々などで、市内の旧家には、この時に作成されたさまざまな資料が残されています。字限図とともに「改正反別帳」という記録があり、一筆ごとの所有者、面積、地目が記されています。反別帳は、

現在の土地台帳作成の基礎資料となりました。

日野市の場合には、字限図は長く行政資料として用いられていたため、甲武鉄道(JR中央線)の敷設や甲州街道の拡幅など、その後の改変が書き込まれていて、地域の変遷を知ることができるものとしても貴重です。他の地域では、地震、津波、大火、空襲などで失われてしまっていることも多く、数多くの字限図が当時のまま受け継がれてきたことは幸運だといえるでしょう。

地域の昔を知る歴史資料として、大切にしていきたいと思います。



▲上宿(日野本町2～4丁目付近)



イオンリテール(株)から寄付金が贈呈されました

ID 1012128

「ひの新選組 WAON」で令和2年度に電子決済された金額の0.1%が、市の商業および地域振興を目的としてイオンリテール(株)から寄付されました。令和2年度の寄付金額は142万772円で、イオンリテール(株)からのこれまでの寄付金額の合計は936万6,339円となりました。寄付金は市内商業支援策に活用されています。

産業振興課(☎042-514-8437)

