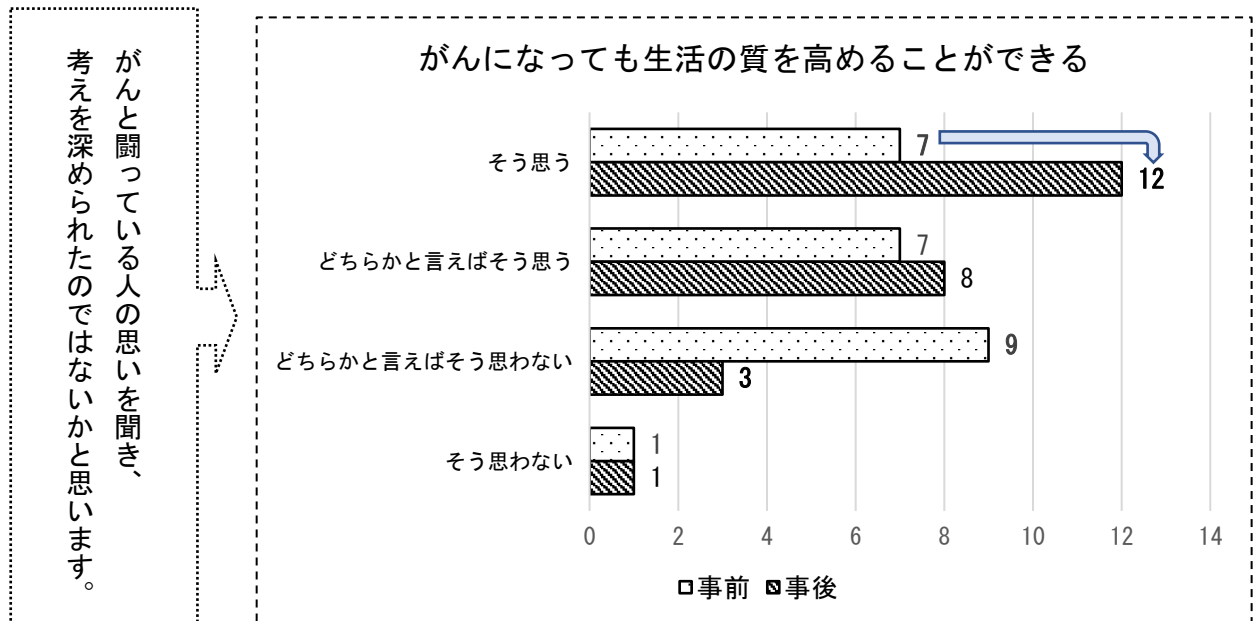


11月22日 1年生を対象に、がん教育を行いました

江南厚生病院 がん看護専門看護師の、宇根底 亜希子さんにご講演いただきました。がんについて丁寧にお話しいただき、自分と家族の健康や生き方について考える時間となりました。事前/事後アンケートの結果と、感想の一部をご紹介します。

事前/事後アンケート結果

アンケートの 20 項目のうち、事前/事後で大きく変化のあった項目は【がんになっても生活の質を高めることができる】でした。項目に対し、「そう思う」回答者が7名から12名に増加しました。



また、がんに対して不安や悩みがあるときは、病院の相談窓口を活用できるそうです。「話を聞いて不安になった」等がんに関連して困ったことがあるときは、『がん相談支援センター』に相談ができるので、覚えておいてくださいね。

感想

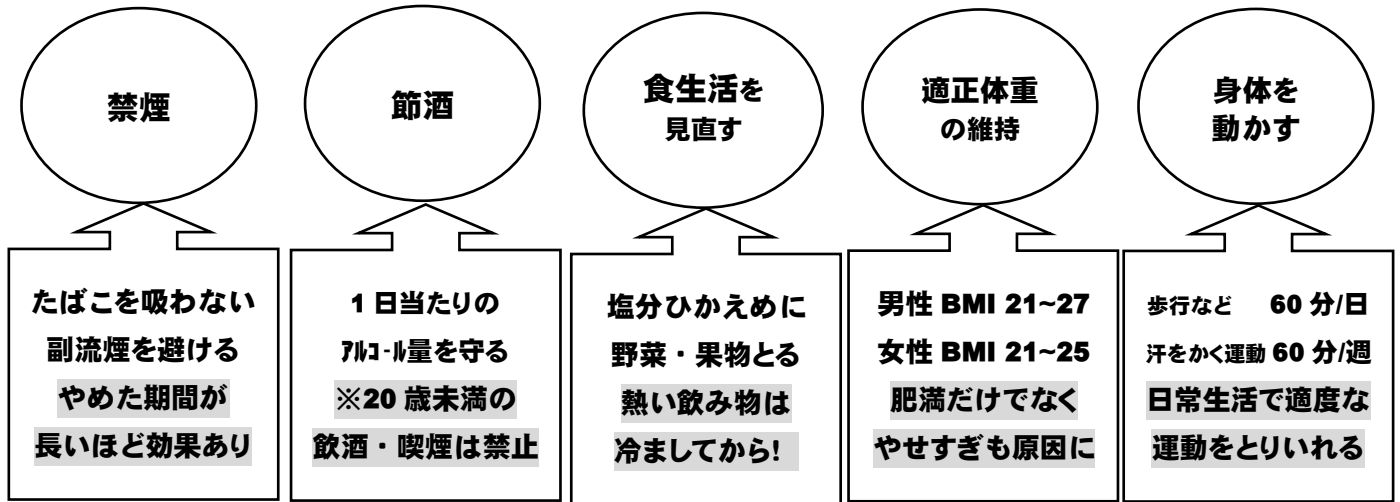
がんは恐ろしい病気だということだけしか、ほぼ知らなかったですが、今日のがん教室の話を聞いて、がんはどのような病気なのか知ることができました。

この授業を通して、がんが身近に感じられるようになりました。私が大人になったら、がん検診をしたいと思いました。

がん教室でがんの仕組みや、がんの治療法など知らなかったことを学べてよかったです。今からでもできる運動や、熱い食べ物を冷めてから食べるなど気をつけたいと思いました。

いろいろながんや治療法があるとは知らなかったです。がんになったからと言ってあきらめるのはやめようと思いました。

がんになる危険性を減らす望ましい生活習慣



5つの健康習慣を実践すると、男性で**43%**、女性で**37%**リスクが低下するといわれています。

しかし・・・ **がんになった人すべてが生活習慣がよくないわけではない!**

がんになる危険性を増やす要因として、よくない生活習慣の他に、感染や遺伝等があるといわれています。

早期発見のためのがん検診・・・推奨されている5つのがん検診は下の5つです。



胃がん検診

大腸がん検診

肺がん検診

乳がん検診

子宮頸がん検診

対象年齢、対象となる検診の種類は住んでいる自治体からチェック!

がんの治療法

