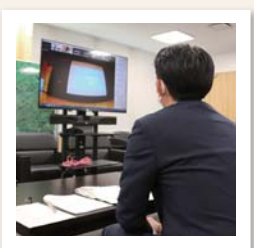


「市長は走るよ
べんこまでも」

市長
写真館

浜田豪太

早いもので市長に就任してから2カ月が経過しました。
あっという間の2カ月。広報では気持ち新たに「市長写真館」と題して、私の思いと動きを少しですがお伝えしたいと思います。



2/9 山田高校生による政策提言
山田高校1年生による市長への政策提言が行われました。市からは「アフターコロナを見据えた観光施策（誘客戦略）を考えよう!」というミッションを設定し、当日は新型コロナウイルスの感染状況を考慮し、オンラインで発表会を視聴しました。4グループから提案があり、どれもすばらしい内容でした。

3/3 初議会 初めての市議会に参加しました。前日は緊張してあまり眠れませんでした。開会初日、今後の市政運営に臨むにあたっての所信表明を述べさせていただきました。一般質問では、これまでの質問する側から一転して、質問に答えていく側となり、大変緊張しましたが、私の思いは伝えることができました。



3/15 どぶろく工房香南、最優秀賞受賞
どぶろくの味や香りを競う全国大会がこのほど開催され、どぶろく工房香南（吉川町）の「榮壽（黒）」が淡麗の部で最優秀賞に輝き、受賞の報告に来てくれました。これまでの努力に感服するとともに、今後の活躍を期待しています。

3/16 中日そば「100年フード」に認定
香南市で愛されている『中日そば』が文化庁「100年のフード」に認定され、市観光協会をはじめ関係者の方が報告に来てくれました。うどんの出汁に中華麺、和と中のコラボレーションは、あっさりとして私も大好きなローカルフードの一つです。

香南市公式 SNSで香南市の情報を配信中!

LINE Facebook YouTube



具たくさんみそ汁

〈1人分の栄養価〉エネルギー 91kcal
たんぱく質:2.3g 脂質:1.7g
カルシウム:40mg 塩分:1.3g

- 作り方** (4人分)
- 煮干しは頭と内臓を除き、分量の水につける。しばらくおいて火にかけ、煮立ったら弱火で5分ほど煮る。
 - さつまいもは1cm幅のいちょう切りにして水にさらす。
 - ニラは2cmの長さに切る。
 - 油揚げは湯をかけて、油抜きして短冊切りにする。
 - だし汁にさつまいもを入れて煮る。柔らかくなったら油揚げを加える。
 - 具が煮えたらみそを溶いて加える。ひと煮立ちしたら、ニラを加える。

栄養士のおすすめレシピ

- 材料** (4人分)
- さつまいも 200g
 - ニラ 1/4束
 - 油揚げ 1枚
 - みそ 大さじ2
- (煮干しだし)
煮干し 30g
水 4カップ (800ml)

香南市 公式YouTubeチャンネル▶
で作り方の動画が見れます

ワンポイント

「小学5年生朝食作り事業」で作っているみそ汁です。香南市の特産品の入ったみそ汁はいかがですか。

子宮けいがん と HPVワクチン

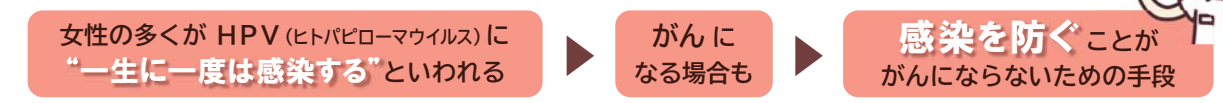
“ウイルス感染”がきっかけで起こるがんもあります。その一つに子宮けいがんがあります。

こうなん 元気

問い合わせ
健康対策課
☎50-3011

●ウイルス感染で起こる子宮けいがん

子宮けいがんは、HPV（ヒトパピローマウイルス）の感染が原因と考えられています。感染しても一時的なものでほとんどが自然消滅しますが、その一部が数年から数十年後にがんを発症すると考えられています。



●子宮けいがんを苦しめないために、
できることが2つあります

①感染防止

- HPVワクチン接種（定期接種）**
●令和4年4月1日に予診票発送（小学校6年～高校1年生相当の女性）
- HPVワクチン接種（キャッチアップ接種）**
●令和4年4月中旬以降に予診票発送（平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれの女性）
※平成18年4月2日～平成20年4月1日生まれの方も、定期接種期間終了後は、令和7年3月31日まで接種できます。
■上記対象の方は、ワクチン接種が公費で受けられます。



②早期発見

- 子宮けいがん検診（20歳以上の女性）



◆HPVワクチン接種の
効果とリスク

効果 HPVの中には、子宮けいがんを起こしやすい種類があります。HPVワクチンは、このうち一部の感染を防ぐことができます。そのことで、子宮けいがんの原因の50～70%を防ぎます。

リスク 多くの方に接種部位の痛みや腫れ、赤みなどの症状が起こることがあります。まれに重いアレルギー症状や神経系の症状、広い範囲の痛み、手足の動かしにくさ、手足の一部が勝手に動いてしまう不随意運動など多様な症状が報告されています。

※接種後の重篤な症状の報告は、ワクチンを受けた1万人あたり5人です

今年も行こう、
今年も行こう、
がん検診



定期的ながん検診を受けてよ!

～がん予防シリーズ⑥～
(全7回)

「感染」もがんの主要な要因です

日本人のがんの原因として、女性で1番、男性で2番目に多いのが「感染」です。右図のようなウイルス・細菌感染は、がんの発生との関係があるとされています。感染したら必ずがんになるわけではありません。それぞれの感染の状況に応じた対応をとることで、がんを防ぐことにつながります。早期発見のために、定期的ながん検診を受けましょう。



ウイルス・細菌	がんの種類
B型・C型肝炎ウイルス	肝がん
ヘリコバクター・ピロリ菌	胃がん
ヒトパピローマウイルス(HPV) <small>(※月の「こうなんげんき21」で紹介)</small>	子宮けいがん
ヒトT細胞白血病ウイルス1型 (HTLV-1)	成人T細胞白血病・リンパ腫