

姉妹都市人事交流職員レポート

～それぞれの地で縁を結び、視野を広げる～



「多くの経験を重ね、架け橋に」

あかまつ ゆうか
赤松 夕夏
香南市
▶▶▶八重瀬町



八重瀬町社会教育課に配属となりました赤松夕夏です。子ども会や青少年健全育成協議会等を担当し、業務を通して地域について多くのことを学ばせていただいています。八重瀬町での勤務を始めてから3回台風が上陸し、そのうち2回出勤停止となりました。香南市で防災対策課に勤めていた頃は警報発令時には配備し、他の職員も出勤することが当たり前だったため戸惑いましたが、実際に台風を経験し、風の威力の違いとその危険性を実感しました。

また、6月に行われた港川ハーレーには、香南市の職員も参加しており、日頃からお世話になっている八重瀬町と香南市の職員同士が交流を深めている様子をうれしく感じました。休日には、職員の皆さんに案内していただき、伊江島の色鮮やかなコリに癒され、紅型体験や琉球ガラス制作体験をとおして沖縄の伝統文化にも触れました。

この1年間公私ともに多くの経験を重ね、香南市に戻った際に沖縄県や八重瀬町の魅力を伝えられるよう努めていきたいと思います。



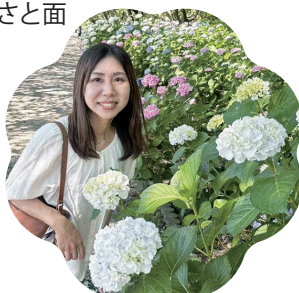
「自然豊かな高知での新鮮な日々」

ちばな りな
知花 里菜
八重瀬町
▶▶▶香南市

4月から人事交流職員として香南市地域支援課に配属となりました知花里菜です。地域支援課では手結盆踊り、結婚新生活支援補助金、物部川清流保全や地域おこし協力隊に関する業務などを担当しています。担当業務の分野が幅広く、日々新鮮で多くの刺激を受けています。

香南市に来て5か月がたちましたが、仕事でも私生活でも自然豊かで充実した日々を送っています。香南市は桜やツツジ、アジサイを見ることができる場所が身近にあり、きれいな花にたくさん触れて心癒されました。5月の連休には四国カルストにて、人生初の県境を跨ぐ経験をしました。また、7月には観光協会主催の「よい酔い列車でいこう!」で地元のお酒をいただいたり、箸拳体験をしました。どれも沖縄県では味わえない新鮮さと面白さがありました。

1年の任期となりますが、ここでの経験を八重瀬町に戻っても生かせるように、どの仕事からも多くのことを勉強させていただきます。よろしくお願いします!



「がん」の
要因になる

～ 9月は「がん征圧月間」～

生活習慣を見直そう!

毎年9月は「がん征圧月間」です。日本では2人に1人の方ががんになると言われており、がんは決して「他人事」ではありません。

早期のがんは自覚症状がなく、気付いたときには進行していたというケースが多いです。定期的ながん検診を受け、がんの要因になる生活習慣を見直しましょう。

こうなん
元気

問い合わせ
健康対策課
☎50-3011



香南市の現状

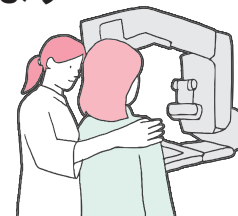
死因の第1位はがんです

がんによる死亡者数は、令和6年度は89人となっており、死因全体の約2割を占めています。



がん検診受診率60%を目指しています

胃がん・大腸がん・肺がん・子宮頸がん・乳がん検診において、受診率は40%に達していません。令和6年度の市のがん検診でがんと診断された方は12人で、早期発見が早期治療につながっています。



がんになるリスクを減らそう

がんの発生には、遺伝的な体質や環境など個人では変えられない要因のほかに、生活習慣が関わるものがあることが分かっています。

生活習慣を整え、感染を予防することでがんになるリスクを減らしましょう。



がんのリスクを減らすための生活習慣

たばこ	・吸わないようにする ・他人のたばこの煙を避ける	身体活動	・適度な運動を心がける
お酒	・飲酒をひかえる	体重	・太りすぎ、やせすぎに注意
食生活	・減塩する ・野菜と果物をとる ・熱い飲み物や食べ物は冷ましてから	感染	・感染の検査や予防接種を受ける

(参考) 国立がん研究センター
がん情報サービス

がんの相談窓口

がんと診断されて、不安を感じることは自然なことです。これからの治療や生活など相談できる窓口があります。



◀ 高知県がんポータルサイト
(こうちがんサボネット)

65歳以上の方は 年1回結核健診を受診しましょう!

感染症法に基づき、結核の発病を早期発見するために、65歳以上の方は、年1回結核健診を受けることが義務付けられています。

結核は過去の病気ではありません。今なお新しい患者が年間約1万人発生し、罹患率、死亡率とも先進国の中でも高い状況です。結核はまだ身近な病気です。

新登録患者数 10,051人

死亡者数(概数) 1,462人

※出典: 公共財団法人 疫学情報センター

1年間(2024年)あたりの人数です!



令和8年度 結核・肺がん検診(集団検診)日程

9月16日(水)	香我美総合保健福祉センター (香我美庁舎1階駐車場) 夜須 大峰の里 駐車場
9月18日(金)	吉川総合センター駐車場 赤岡保健センター駐車場
9月28日(月)	フジグラン野市生活館前駐車場
10月1日(木)	フジグラン野市生活館前駐車場

- 対象者: 40歳以上の方
- 受診間隔: 1年に1回
- 自己負担: 無料



肺がん検診について 結核予防について