

【女性の健康週間シンボルマーク】

WOMENの「W」をモチーフに、上部に並べた3つの●は母娘3代を意味し、また、女性の「体」「頭」「心」を表しています

*厚生労働省では、毎年3月1日～同8日を「女性の健康習慣」と定めています



近年、女性を取り巻く社会環境は大きく変化し、価値観も多様化している中、家庭や地域、職場で充実した日々を過ごすために、元気でいることが容易ではなくなっています。普段の生活を振り返り、あなたの健康について考えてみませんか。

女性の元気が
パワーを呼ぶ



男女共同参画だより

メツセージ

問い合わせ先
男女共同参画推進課
TEL(36)0048
FAX(36)0320
男女共同参画推進センター「ゆい」
TEL(36)0250
FAX(36)0269

女性の体の仕組み

女性の心身の健康は、「女性ホルモン」と深く関わっています。女性ホルモンの分泌量は一生を通じて大きく変化しています。また、ライフステージごとに、女性特有の心身の変化や疾病が起こりやすくなります(下図参照)。

私は大丈夫と思わないで...

女性特有の病気として代表的なものに「乳がん」「子宮がん」「更年期障害」があります。

【乳がん】

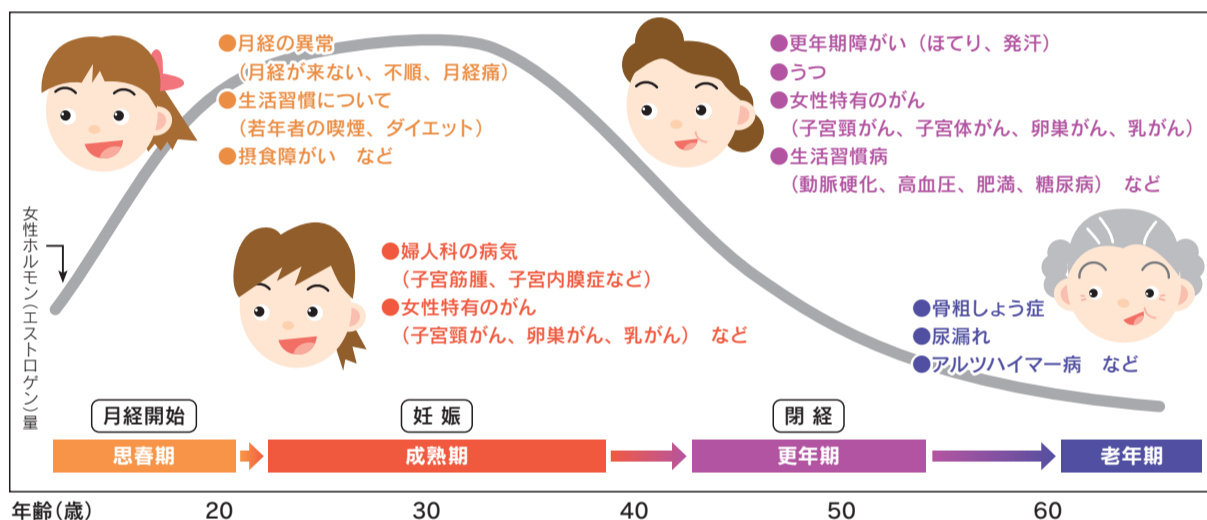
乳がんは、乳房の中にある乳腺にできる腫瘍です。多くは、乳腺の中の乳管の細胞ががん化して発生します。(下図参照)
30歳代から増え始め、40～50歳代で最もかかりやす



他のがんと同様に早期発見・早期治療が何よりも大切です。

【女性のライフサイクルと健康】

出典「公益社団法人日本産科婦人科学会・公益社団法人日本産婦人科医会『女性の生涯健康手帳』から」



【子宮がん】

子宮頸がんは、20～30歳代の若い女性に増えていきます。子宮の入り口付近(頸部)にできるがんです。性行為によってHPV(ヒトパピローウイルス)に感染すること引きおこされ

【子宮体がん】

子宮頸がんとは違い、子宮体部の内膜に生じるがんです。エストロゲンという女性ホルモンの乱れに関連していると考えられています。

相談情報

誰でも相談できます(相談無料)

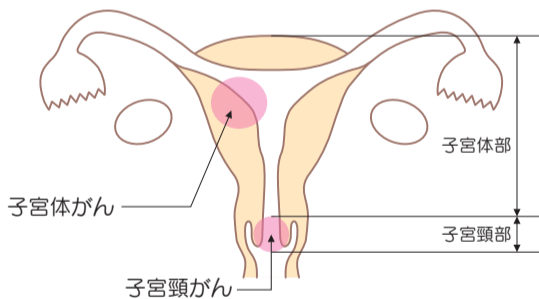
相談事業名	場所	相談日	時間
① ところと生き方の相談 (面接・電話相談) * 事前申込不要。面接の受付は、原則16:30まで ☎(36)1156 ✉kokoro@city.munakata.fukuoka.jp	市役所本館 1階・相談室 (101会議室横)	月～金曜日 (祝日を除く)	13:00 ～ 17:00
② 法律相談 * 弁護士が、離婚など女性を取り巻く問題の相談を受け付けます * 事前申込必要。男女共同参画推進センター「ゆい」 ☎(36)0250へ	男女共同参画推進センター「ゆい」	第3火曜日	13:00 ～ 16:00

最もよくみられる症状は不正出血ですが、無症状の場合も多いので、定期的な検査を受けましょう。

●更年期障がい

40歳半ば～50歳半ばの時期に、女性ホルモンの分泌が急激に減り、「のぼせ」「ほてり」「手足の冷え」「動悸(ぶくき)」「不眠」「イライラ」など、さまざまな症状が表れます。無理なダイエット、生活の乱れ、不規則な生活でホルモンバランスが崩れ、同じような症状が現れる「若年性更年期障がい」もあります。

一生付き合っていく自分の体を守るためにも、きちんとした知識を身につけておきましょう。



宗像市・福津市の屋根・外壁塗装は私たちにお任せください!!
安心の塗装工事を「自社職人」がお届けします!!



塗装工事は、受注した会社が下請け業者に発注するケースと、受注した会社が自社の職人で工事をするケースがあります。「〇〇塗装」をお願いしたのに、工事は違う会社の職人がやってきて、ちゃんとお願した工事をしてくれるのか不安になったなんて話もあります。安心の塗装工事をするために大切なのは「自社職人」。実際の工事を行なう職人さんが社員にいたることが重要です。プロタイムズ福岡北店では、自社職人が一軒一軒丁寧に心を込めて仕上げます。



お家の屋根・外壁 塗り替え勉強会開催!!

分りやすく住まいの塗り替えをご説明いたします。お家に役立つ情報が満載!!ぜひご参加ください!!
開催日時
2/24(火)・28(土) 各日 9:30～11:30
会場
メイトム宗像 102会議室 (宗像市久原180)

プロタイムズ福岡北店 株式会社フクモト工業 宗像市自由ヶ丘11-22-3 自由ヶ丘ヒルズ・楓 0120-041-075 FAX. 0940-39-3806 電話受付時間 9:00～19:00