

情報

産経新聞平成 29 年 2 月 22 日(水)より抜粋

がんリスクは、減らせる

100歳時代を迎えるといわれる一方、高齢化はがん罹患率も高めます。治療法の進歩で生存率は上昇していますが、禁煙など生活習慣改善、検診受診による早期発見早期治療など自衛策も必要です。

生涯のうちにがんにかかる確率は、男性 61.8%、女性 46.0%です。(平成 23 年罹患率データ)。こうしたことが、「国民の 6 人に 1 人」が、がんにかかる時代といわれるゆえんです。6 年前の 17 年のデータでは、男性 53.6%、女性 40.5%だったことをみると、「誰もがかかるがん」である傾向が年々強くなっていることが分かります。

罹患しやすいがんを臓器別にみると、男女とも「胃」「大腸」といった消化器のがんが上位です。特に「大腸」は、「胃」と異なり、男女ともにその罹患率の推移は横ばいで、減少していません。

大腸がんの場合、検診を受けることで早期発見・早期治療が可能ですので、男女ともに、大腸がん検診を積極的に受診されることをお勧めします。男女別の罹患率で差が大きいのは、まず「肺」です。男性が「10 人に 1 人」に対し、女性は「21 人に 1 人」です。「食道がん」の罹患率は男性が「43 人に 1 人」に対し、女性は「227 人に 1 人」です。これらのがんで男女差が大きい原因のひとつは男性の高い「喫煙率」です。

生涯のうちにがんになる確率は高まっていますが、一方、予防策を実践することは確実にその確率を下げることに繋がります。

生涯でがん罹患する率(平成 23 年罹患・死亡データから)

	男	女
全がん	61.8% (2 人に 1 人)	46.0% (2 人に 1 人)
食道	2.4% (43 人に 1 人)	0.4% (227 人に 1 人)
肺	9.9% (10 人に 1 人)	5.7% (21 人に 1 人)
大腸	9.0% (11 人に 1 人)	7.1% (14 人に 1 人)
胃	11.4% (9 人に 1 人)	5.7% (18 人に 1 人)
肝臓	3.7% (27 人に 1 人)	2.0% (50 人に 1 人)
膵臓	2.2% (45 人に 1 人)	2.2% (45 人に 1 人)
乳房	なし	8.6% (12 人に 1 人)
子宮	なし	3.2% (31 人に 1 人)
前立腺	9.8% (10 人に 1 人)	なし

(がん研究振興財団発行「がんの統計 2015 年版」参照)

生活習慣 3 カ条

- 一、禁煙防煙 酒は男一合 女半合
- 一、適度な運動 適正体重維持
- 一、塩分控えめ 野菜多く



地域交流活動



《2月の活動》

活動者	活動日	場 所	内 容
ひまわり会	2月3日(金)	いきいきデイサービス	歌体操
	2月17日(金)	祥雲館	〃
	2月28日(火)	たんぽぽの家	〃

《3月の予定》

同好会	活動日	場 所	内 容
豊能語り部の会	3月1日(水)	祥雲館	朗読
ひまわり会	3月6日(月)	いきいきデイサービス	歌体操
	3月13日(水)	たんぽぽの家	〃
	3月15日(水)	祥雲館ボランティア懇親会	〃
	4月6日(木)	祥雲館 あじさい	〃

今後の行事

「同好会活動のお知らせ」もご覧ください。

開 催 日	行 事 名	場 所	備 考
3月16日(木)	北摂地区グラウンド・ゴルフ大会	万博記念公園運動場	
3月30日(木)	青春18きっぷ	伊勢神宮	
4月22日(土)	第28回総会	東ときわ台自治会館	案内書・議案書は4月にお届けします

おれんきょう 情報

〇れんきょう NEWS 17号(9ページ)をご覧ください。

◆【2月度】理事会報告

1入会PR活動開始(高大VC活動)中間報告

- ・期間 1/10(火)～3/3(金) 60 教科中ほぼ半分を消化
- ・受講生よりの質問内容は最下段に掲載

2アクティブシニアシニアがあふれる大阪事業

- ・三島地区は同窓会吹田・摂津が担当
第1回 1/30(月)開催 参加者 40名 第2回 2/6(月)
- ・茨木・高槻地区はONCCが担当
第1回 2/14(火) 第2回 2/28(火)開催予定

3アクティブシニアフェスタ

- ・3/9(木) 北区民センターにて開催、連協は昨年と同様、地域同窓会チラシをパネル展示、活動内容をアピール予定

【教養部】

- ・第3回教養講座報告
1/18(木) 一部 高槻IT生命誌研究館 参加者 43名、二部 今城塚古墳見学会 参加者 31名
- ・2/24(金)第4回教養講座 文化祭開会式後開催

【地域交流部】

- ・大阪国際女子マラソン(1/29)ボランティア活動では高大 130名、同窓会連協 70名参加、運営協力に感謝される

【10周年記念事業委員会】

- ・2/22(水) 第3回委員会開催、会場はメイシアター(既決定)での行事内容の最終ツメに入る

【総務部】

- ・5月の『決算理事会』を控え、各部は3/20迄に28年度事業報告、及び29年度事業計画案を作成ください
- ・4月度理事会にて末期の重点施策について審議予定

【文化部】

- ・2/8(木)の第3回文化祭実行委員会にむけての各種資料の確認
- ・高大受講生枠として900(w)パネル 18枚を集会室用意
- ・集会室奥スペースに『交流廣場』を開設、各地域及び各年次の交流の場とする。又、人形・アクセサリー・折り紙等の手作の教室を随時開催する予定

*受け付けの地域会長は当該地域会長へ参加詳細を確認の上、申込者へ詳細を連絡します。雨天可否、参加費、待ち合わせ場所等詳細は申込者各人で主催者へ問合せ下さい。(事前に自地域会長を通して、主催者側連絡先に確認をしておいて下さい)

地域同窓会	行 事	集合日時	集合場所・会場	申込締切日
1 高槻	総持寺・茨木太田茶臼山古墳・秋山宿本陣見学	2/16(木)9:30	阪急「総持寺駅」東出口(小雨決行)	当日参加可
2 東部	河内西国33カ所観音霊場巡礼	2/18(土)10:00	近鉄奈良線「永和駅」改札口	同 上
3 連協	連協教養講座『歯・口腔機能と健康寿命』	2/24(金)10:00	地下鉄・阪急「吹田駅」メイシアター	当日参加可
4 連協	第9回連協文化祭(演芸・展示・交流廣場)	2/24(金)～25	同 上	同 上
5 豊能	青春18きっぷの旅(お伊勢さん参り)	2/28(火)7:30	能勢電「ときわ駅」改札口	2/10まで
6 南部	大相撲春場所前の朝顔古見学	3/5(日) 8:30	JR「中百舌鳥駅」東口	2/26まで
7 東淀川	お散歩しましょ元茨木川	3/7(火)10:00	阪急京都線「摂津市駅」東改札口	当日参加可
8 茨木	北摂同窓会交流グラウンドゴルフ大会	3/16(木)8:30	万福記念公園(東口運動場)	先着 150名
9 豊中	明石海峡大橋周辺探訪	3/17(金)10:00	JR「垂水駅」改札口	当日参加可
10 八尾	アーモンドの花見芦屋川敷(9:40三宮行き乗車)	3/17(金)9:30	近鉄鶴橋駅波行きホーム後方	同 上
11 茨木	歴史探訪クラブ講演会「古墳からみた茨木」	3/22(水)14:30	茨木高校久敷会館	同 上
12 摂津	天満天神祭(チケット代・昼食代¥1,000)	3/24(金)10:00	繁昌寺前集合	予約 40名
13 箕面	歴史的文化遺産(日本初めての埋立地)見学	3/29(水)10:00	阪急「箕面駅」改札口	当日参加可
14 旭	鴻池新田・池四季彩マ・スカイランド池	3/29(水)10:30	JR「鴻池新田駅」改札口	3/20まで

〈高大受講生同窓会入会説明会時主たる質問事項〉

1/10(月)から60講座で同窓会のPR入会勧誘活動を行い1/27(金)迄で全体の半数の講座を消化。受講生の反応としては、概ね良好で、耳を傾けてもらっている。但し、すぐに入会増に結びつく感触までは得られていない。受講生の質問事項は①複数の同窓会への入会は可能か?その際の年会費は? *複数入会は可能、但し、夫々年会費は必要(お試し参加は年会費不要)②興味ある行事、同好会があるが同窓会への加入は必須か? *お試し参加は加入の必要はないが、継続参加する場合は必要。

③末期も継続して高大を受講するが同窓会加入は可能か *可能、既に多くの受講生が同窓会に加入されている。

④居住地域以外の同窓会への入会の可否、*自地域以外に友人の所属している地域、参加したい同好会がある等の理由で、他の地域への参加は可能、年会費は必要。

◆高齢者大学校

- ・平成28年度修了式 3/23(木) (於)国際会議場
- ・平成29年度入学式 4/8(土) (於)国際会議場
- ・高齢者大学校10周年記念誌『高齢者が動けば社会が変わる』(全300頁 ¥1,800) 2/未定完成予定
- ・第9回「高大 冬の音楽祭」(於)いずみホール(チケット販売終了)

◆『アクティブシニアフェスタ 2017』

- ・平成29年3月9日 (於) 市立北区民センター
- ・演芸・展示・加盟団体の紹介等 当日参加歓迎

◆第9回『同窓会連協 文化祭』

- ・2/24(金)～25(土) 吹田市文化会館「メイシアター」
- ・開場 9:30～(当日のプログラムをお受け下さい)

◎上記文化祭実行委員(演芸・展示)は

- 前日 3/23(木) 12:30 会場準備のため、メイシアター1階ロビーに集合下さい。

同好会活動のお知らせ

(お問い合わせは各代表者へ)

同好会名	代表者 TEL	場 所	実施日		時 間	備 考
			3月	4月		
手作り玩具の会	正木國博 738-2896	西公民館 小会議室 (2)	20(月)	17(月)	9:30 ～ 12:00	3月作品: デンデン太鼓
囲碁の会	新島康平 738-1874	西公民館	6(月) 木工室 17(金) 美術室	3(月) 木工室 21(金) 美術室	12:30 ～ 17:00	① 3月5日(日) 12:30～17:00にMCS囲碁クラブと第4回囲碁交流会を開催します。予備日は3月19日(日) ② 4月3日(月)は、総会を行います。
歴史の会	古寺忠夫 738-6069		21(火)	21(金)	9:30 ～ 12:00	3月は東寺の弘法市と六孫王寺に参ります。1月の再行です。日程にご注意!!
パソコン・デジカメクラブ	中村 亨 738-3021	西公民館 視聴覚室	9(木)	13(木)	18:00 ～ 21:00	それぞれのレベルに合わせて懇切丁寧に指導。画像教室を始めました!
彩りの会	岡田 緑 738-4769	西公民館 小会議室 (1)	17(金)	21(金)	9:30 ～ 12:00	各自、材料持ち寄りお雛様を作りをします。
ひまわり会 (歌体操)	田中久美子 734-1705	西公民館	15(水)	19(水)	10:00 ～ 12:00	毎月、楽しく元気で身体を動かしています。また、季節にあった歌も大きな声で唄っています。気軽にご参加下さい。
とよのうたう会	平田敦子 738-7547	「かりな」 コープ新光 風台店内	23(木)	27(木)	17:30 ～ 20:30	「支所前17:09発」の新光風台循環バスで「シートス前」下車。徒歩1分。新曲派、懐メロ派大歓迎。
豊能語り部の会	谷 啓子 737-0303	西公民館 小会議室 (1)	8(水)	12(水)	9:30 ～ 12:00	3月の会の終了後、懇親会を予定しています。4月からは、先生のご都合もあり、活動時間が午後になる予定です。
ペタンククラブ	竹田登喜勇 738-2174	ふれあい 広場	毎週 日・水・金	毎週 日・水・金	9:30 ～ 11:30	ペタンクは何処でも、だれでも気軽に楽しめます。健康保持増進に! 運動しやすい服装で体験に来てください。
G・Gクラブ	藤原忠嗣 738-2358	ふれあい 広場	9(木) 23(木)	13(木) 27(木)	13:00 ～ 15:00	初めての方、ご一緒にプレーしませんか。道具は当方で用意します。簡単です。楽しいですよ。

編集後記

三寒四温。まさにその通りの天候がつづいています
インフルエンザも流行っているとか。体調にはくれぐれもご注意の上お過ごしください。
春の陽を待ちながら3月号お届けします。



3月の花 スミレ

原稿は土井一実 メールアドレス dok.riki@iris.eonet.ne.jp

☎・Fax 738-2376 又は、お近くの地区幹事までご連絡ください。