

presented by 岐阜新聞女子net

## ぎふ子宮頸がん予防啓発キャンペーン

わたしの  
キャンバス  
プロジェクト

若い女性の罹患率が高く、進行すると命を落としたり、助かっても後遺症が残ることがある子宮頸がん。

一方で早期発見・治療をすれば、予防できるがんでもあります。

だからこそ若いうちから定期的に検診に足を運ぶことが何よりも大切です。

岐阜新聞女子netが展開する「ぎふ子宮頸がん予防啓発キャンペーン」では、

一人でも多くの女性が子宮頸がんをはじめとした婦人科系疾病にくじかれず、

思い描いた人生を歩んでほしいという願いのもと、輝く女性の健康を応援しています。

私たちは岐阜の女性のキレイを応援しています

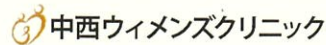
特別協賛



アクサ生命



岩砂病院・岩砂マタニティ







# わたしの キャンパス プロジェクト

## 一人でも多くの女性が、 思い描く人生を歩めるように。

「わたしのキャンバスプロジェクト」は、一人でも多くの女性が子宮頸がんをはじめとした婦人科系疾病にくじかれず、思い描いた人生を歩んでほしいという願いのもと、年間を通して女性の健康を啓発・応援していくキャンペーンです。

presented by 岐阜新聞女子net

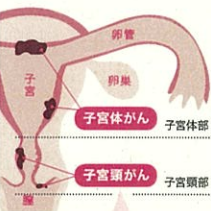
ぎふ子宮頸がん予防啓発キャンペーン

### vol. 01 | 子宮頸がんを正しく知って予防する

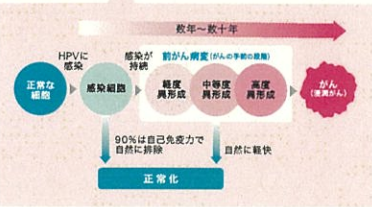
「ぎふ子宮頸がん予防啓発キャンペーン」は今年で9年目を迎えます。

4月9日(子宮の日)にちなみ、毎年4月から子宮頸がんをはじめとする婦人科系疾病について、県内の産婦人科医や薬剤師の監修のもと特集しています。

第1回目のテーマは、女性特有のがんとしては、乳がんに次いで2番目に罹患者の多い子宮頸がんについてです。産婦人科医の先生にその症状と予防方法について伺いました。



HPVは、多くの女性が「一生に一度は感染する」と言われている「ほぼ100%ありたいウイルス」。そのほとんどは体の免疫によって体外に排出されますが、まれに体内に残り持続感染を繰り返すことがあります。このうち自然治癒しない一部の人は、異形成と呼ばれるがんの発生を促す。数年以上たつと子宮頸部表面にできる上皮内がん。そして周囲の組織に入り込む浸潤がんと呼ばれる、これを子宮頸がんと呼びます。



不正出血や下腹部に痛みが出現し「あれ？と思う」ほどには、子宮頸癌を診断される確率は低く、ほとんどは生命に関わるまで進行していき、浸潤がんまで進行してある程度年数がかかると、治療に難症をきたすことになる恐れがあります。

### ? 子宮頸がんはどのように進行するの？



### ? 子宮頸がんはどんな病気？

子宮頸がんはHPV(ヒトパピローマウイルス)に感染した子宮の入り口(頸部)が、10年ほどの歳月の後にがん化する病気で、子宮頸がんは約95%が頸部、残りが体部です。以前は発症のピークが40、50歳代でしたが、現在は20、30歳の若い女性が増え続けており、30歳代後半がピークとなつています。国内では毎年約1万人の女性が子宮頸がんにかかり、約3,000人が死亡しており、2000年以後、患者数は死生も増加しています。しかし、検査率やワクチン接種率の向上によって、子宮頸がんの罹患率は減少しています。



PROFILE  
宮崎千恵 院長 産婦人科医

### 子宮頸がん検診の流れ

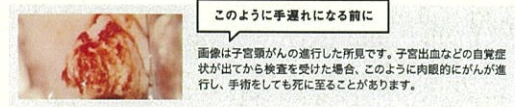


**経膺超音波検査** 膺内に小さな超音波器具を挿入し子宮の状態を調べます。子宮筋腫(きんしゅ)や卵巣腫瘍(しゅよう)も見つけることができます。およそ2週間後に検査結果が届きます。

**子宮頸部細胞診** やわらかいブラシのようなものを膺内に挿入し、子宮頸部の粘膜を軽くこすって、細胞を採取します。まれに出血することもあります。およそ2週間後に検査結果が届きます。

**検診** 内診台に上がり、子宮頸部の状態を視鏡で観察します。内診台と診察する医師との間はカーテンで仕切られています。

**問診** 初産の年齢や生理の状態、妊娠・出産経歴、不正出血やおりものなどの自覚症状の有無を詳しく聞きます。



### 予防方法 2

定期的に検診を受ける



HPVワクチン接種して、がん化を100%予防できるわけではなく、すでにHPVに感染している細胞からHPVを排除する効果は認められません。しかし、子宮頸がんは早期発見・早期治療を心がければ、高度異形成から初期(1A1期)のレベルであれば、比較的容易に治療できるがんです。また、検診と同時に超音波検査も受ければ、子宮筋腫や卵巣腫瘍(のうしゅ)などの疾病が見つかる可能性もあるため、接種の有無に関わらず2年に1回の検診を推奨しています。

### 予防方法 1

HPVワクチン接種で持続感染を防ぐ



HPVワクチンは、HPVに感染する前、すなわち性行為を経験する前に接種しておくことで、子宮頸がんを防ぐ効果が期待できます。中でも、4価ワクチンより感染予防効果がとされる9価HPVワクチンが開発され、これまで3回だった接種回数も、今年4月から開始される定期接種では15歳未満は2回に減らされます。またHPVワクチンの種類は、HPVワクチンが、小児から高校生までの女性を対象に、2種類のウイルスの感染を防ぐ4価のワクチンが、それを含む4種類を防ぐ4価のワクチンで、無料の定期接種が行われており、今年4月からは9価のワクチンも追加されます。なお平成9年4月2日~平成19年4月1日生まれの女性も、キャリアアップ接種として無料で接種を受けられます。

### ? 子宮頸がんを予防するには？

子宮頸がんの予防方法としてHPVワクチンと定期検診の2つが挙げられます。WHOは、ワクチンと検診を組み合わせたことで、その効果を相対的に高め、より効果的な子宮頸がんの予防が自覚できるとしています。ここでは予防方法について詳しく見いませしょう。

主催 | 岐阜新聞社 後援 | 岐阜県医師会 岐阜市医師会 岐阜県産婦人科医会 岐阜市産婦人科医会



アクサ生命

特別協賛

- 友愛会
- 岩砂病院・岩砂マタニティ
- 中西ウィメンズクリニック
- 探健康クリニック
- 生活協同組合 コーセイ
- ピノキオ薬局
- MITSUBISHI OUTLET PARK
- せきレディースクリニック SEKI LADIES CLINIC
- 松波産科病院
- 宮崎千恵婦人クリニック





# わたしのキャンバスプロジェクト

ぎふ子宮頸がん予防啓発キャンペーン

## 一人でも多くの女性が、思い描く人生を歩めるように。

「わたしのキャンバスプロジェクト」は、一人でも多くの女性が子宮頸がんをはじめとした婦人科系疾病にくじかれず、思い描いた人生を歩んでほしいという願いのもと、年間を通して女性の健康を啓発・応援していくキャンペーンです。

presented by 岐阜新聞女子net

MY CANVAS PROJECT 2023

## vol.02 「子宮内膜症」と「子宮筋腫」について知る

「ぎふ子宮頸がん予防啓発キャンペーン」は今年で9年目を迎えます。

4月9日(子宮の日)にちなみ、毎年4月から子宮頸がんをはじめとする婦人科系疾病について、県内の産婦人科医や薬剤師の監修のもと特集しています。

第2回目のテーマは、多くの女性に起こりやすい子宮の疾患「子宮内膜症」と「子宮筋腫」についてです。産婦人科医の先生にその症状と治療方法について伺いました。

### PROFILE

松波 和寿 病院長

1963年東京医科大学卒業後、岐阜大学病院、高山赤十字病院、下呂温泉病院、多治見市民病院に勤め、2016年より現職。2018年より岐阜県産婦人科医会会長。



### まずはセルフチェック

子宮内膜症と子宮筋腫にはそれぞれ自覚症状がおこることがあります。以下の症状に当てはまる場合は、婦人科の医師に相談してみましよう。

- 激しい月経痛がある ..... A・B
- 腰が痛い ..... A・B
- トイレが近い ..... B
- 排便痛がある ..... A
- 便秘がち ..... B

上記症状に当てはまった方は…

- A** 子宮内膜症の可能性あり
- B** 子宮筋腫の可能性あり

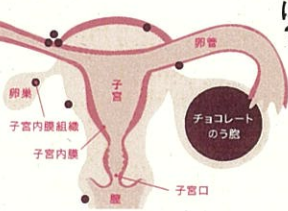
※セルフチェックは情報提供を行うことのみを目的とし、医師や専門家の診断に代わるものではありません。

### 症状 A

### 子宮内膜症

#### ? 子宮内膜症とは?

子宮内膜が何らかの原因によって本来あるべき子宮の内側以外にできてしまう状態です。患者は20〜30代ピークは30〜34歳と生殖年齢に当たる年代が多いのですが、不妊のリスクを高めることも言われています。そのため卵巣は一定ではなく、卵巣や子宮と直腸の間、くぼみなど、主に子宮の周辺で発生します。子宮内膜症は女性ホルモンによって月経周期に合わせて増殖し、経血がうまく排出できずに溜まり、周囲の組織と癒着を起したりします。中でも「チョコレート」のう胞は放置すると稀に卵巣がたたり、がんになるため注意が必要で、



#### ? どのような症状があるのですか?

代表的なものでは激しい月経痛、痛を伴った月経不順、月経の回数が増えること、痛みが激しくなり、月経時以外でも腰痛や下腹部痛、排便時、性交時の痛みなどがあります。子宮内膜症の進行を抑制するために、

#### ? 主な治療法は?

主に妊娠を希望しない場合は、薬物療法です。月経不順や痛みを軽減させる薬や、ホルモンの分泌を抑制する薬があります。手術療法は、子宮内膜症の組織を切除する手術です。手術後は、定期的な婦人科検診が必要です。

#### ? 予防法はあるのですか?

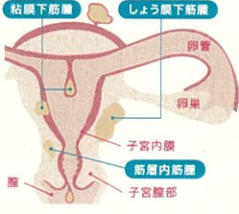
子宮内膜症患者は増加傾向にあるものの、原因は不明です。早期のホルモン療法で月経回数を減らし、子宮内膜症の進行を防ぐことが可能です。

### 症状 B

### 子宮筋腫

#### ? 子宮筋腫とは?

子宮にできるコブのような良性腫瘍のことです。30〜40代の女性に多くみられる状態です。場所によっては結核下筋腫・しょう膜下筋腫・筋層内筋腫などがあり、筋腫の数や大きさによって、卵巣から分泌される女性ホルモンによって筋腫は大きくなります。反対に閉経に近づく女性ホルモンの分泌量が少なくなると発育が止まります。



#### ? どのような症状があるのですか?

自覚症状は筋腫ができた位置によって異なります。子宮の内側にできた筋腫は、少くとも月経痛が増え、月経量が多くなり、貧血を起して、腰痛や重さを伴って頻尿や便秘などの症状が出現することがあります。反対に子宮の外側にできた筋腫は、

#### ? 主な治療法は?

子宮筋腫は超音波検査で容積的に診断が可能で、筋腫の位置や大きさによって、手術療法や女性ホルモン全廃療法などの治療法があります。手術療法は、筋腫を切除したり、鉄剤や鎮痛剤で貧血や痛みを抑えたりする薬物療法を

#### ? 子宮筋腫や子宮内膜症は、

はつきりとした原因が解明され、過多月経が起る月経不調症のほか、不妊や流産の原因にもなるといわれています。女性に起こりやすい疾患です。薬性もあつたため、定期的に婦人科検診を受けて早期に治療しましょう。

主催 | 岐阜新聞社 後援 | 岐阜県医師会 岐阜市医師会 岐阜県産婦人科医会 岐阜市産婦人科医会

AXA アクサ生命 特別協賛

友愛会 岩砂病院・岩砂マタニティ 中西ウィメンズクリニック 採健康クリニック せきレディースクリニック SEKI LADIES CLINIC 松波産科病院 宮崎千恵婦人クリニック

MY CANVAS PROJECT 2023









# わたしのキャンバスプロジェクト

## 一人でも多くの女性が、思い描く人生を歩めるように。

「わたしのキャンバスプロジェクト」は、一人でも多くの女性が子宮頸がんをはじめとした婦人科系疾病にくじかれず、思い描いた人生を歩んでほしいという願いのもと、年間を通して女性の健康を啓発・応援していくキャンペーンです。

presented by 岐阜新聞女子.net

ぎふ子宮頸がん予防啓発キャンペーン

### vol. 04 | 妊孕性の目線から立てるライフプラン

妊孕性(にんようせい)とは妊娠するために必要な能力のことを指し、妊娠するために必要な臓器と機能と言い換えることができます。この能力は加齢によって変化するため、晩婚化が進む現代では不妊治療を選択するカップルが増えています。ライフステージごとの妊孕性を知り、自分のライフプランと照らし合わせてみましょう。

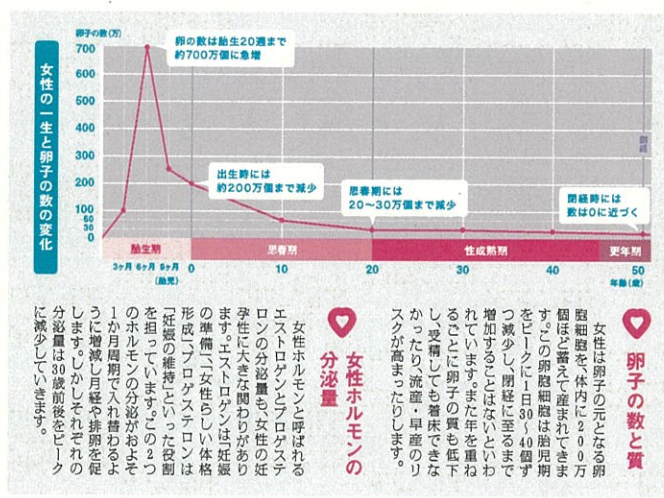
MY CANVAS PROJECT 2023

「月経の有無」妊孕性の有無と密接な関係が、これは大きな間違いです。妊娠に置いては「排卵の有無が重要で、排卵の有無がなかったら、着床しなかった卵が子宮内にとどまり、経として体外へと排出されます。排卵の有無がなかったら、着床しなかった卵が子宮内にとどまり、経として体外へと排出されます。排卵の有無がなかったら、着床しなかった卵が子宮内にとどまり、経として体外へと排出されます。

**A. 月経ではなく排卵の有無が妊孕性を左右します。**

**Q. 月経が来ていれば妊娠できる？**

このように受精に欠かせない卵の数を減らし、そして妊娠・出産をサポートする女性ホルモンも、ともに減っていきます。中でも20〜35歳はピークに達しています。



**女性の妊孕性に影響する2つの要素**

**PROFILE**  
健康クリニック 常勤婦人科医師  
**堀 昌志 先生**

1989年藤田医科大学を卒業し、岐阜大学産婦人科に入局し、1996年岐阜大学大学院を卒業し、博士号を取得。東海中央病院産婦人科部長を経て、健康クリニック婦人科部長に至る。



**Q. 男性の妊孕性も加齢によって変化するか？**

**A. 精巣がある限り妊孕性はありますが、加齢とともに少しずつ機能は低下します。**

去勢状態にはならないものの、成人男性の精巣は加齢と共に徐々に小さくなり、男性ホルモンをつくる方も緩やかに低下します。精子の質の低下によって、自然流産の確率も上昇するといわれており、女性の年齢や他の要因の影響を除いても、男性の40歳以上は女性の30歳以上に相当する、という報告があります。WHOの調査でも、不妊の原因が男性側にある場合は約48%とされています。

**不妊治療について**

不妊とは、妊娠を望む健康な男女が避妊をしないで性交をしても1年以上妊娠しないことをいいます。ただし先送りや結果をいかに早く見たいかを考慮することも、定義を弱たない限り、早期に検査や治療に踏み切った方がよい場合があります。不妊症の治療には主に次の様な種類があり、原因に応じて最適な方法を選択します。選択した治療法で妊娠が得られない場合には、高度な治療への移行がすすめられます。

#### 不妊治療法

- タイミング法**  
排卵日に合わせて性交をすることで、超音波検査で卵胞の発育をチェックしたり、尿中のLHというホルモンを調べます。
- 排卵誘発法**  
内服薬や注射で排卵を促す方法です。排卵障害の場合に使用しますが、排卵があっても、人工授精の妊娠率を上げる目的で使用する場合もあります。
- 人工授精**  
マスターベーションで採取した精液から良好な精子を回収して、排卵の時期に子宮内に注入する方法です。
- 生殖補助医療 (体外受精、顕微授精)**  
卵巣から卵子を取り出し、体外で精子と受精させ、数日後に子宮内に受精卵(胚)を戻す方法です。精子と卵子が自然に受精しない場合は、細い針で精子を卵子の中に注入する方法(顕微授精)を行います。1回の体外受精でたくさん受精卵が得られた場合、余剰胚を凍結し、妊娠しなかった場合や次の子どもを望む場合に戻す方法もあります(凍結胚移植)。



**自然妊娠を望む時は妊孕性を念頭に計画しましょう**

妊娠は20〜30歳の年齢にはタイムリミットがあります。また自分自身、もしくはパートナーに妊孕性がない場合、妊娠は成立しませんが、体外受精については妊孕性が高くなることを助言します。

主催 | 岐阜新聞社 後援 | 岐阜県医師会 岐阜市医師会 岐阜県産婦人科医会 岐阜市産婦人科医会

**AXA アクサ生命**

特別協賛

友愛会 岩砂病院・岩砂マタニティ 中西ウィメンズクリニック 採健康クリニック

生活協同組合 コースきふ エキオ商事株式会社 ビノキオ薬局 MITSUI OUTLET PARK

せきレディースクリニック SEKI LADIES CLINIC 松波産科病院 宮崎千恵婦人クリニック





# わたしの キャンパス プロジェクト

ぎふ子宮頸がん予防啓発キャンペーン

## ジャズドリーム長島で、少し大人な自分を見つけよう

20歳前後の時期は、高校時代よりも家族や先生以外の「大人」と接する機会が格段に増え、多くの気づきを得たり、「大人になったら」という夢を膨らませたりするに最適な日々です。  
今回の「わたしのキャンパスプロジェクト」の舞台は、ラグジュアリーからカジュアルまで約300店舗が揃う「三井アウトレットパーク ジャズドリーム長島」。来春に社会人となる岐阜県出身の大学生が「少し大人な自分探し」をテーマにショッピングを楽しみました。



## 少し大人な自分探しに挑戦!

名古屋外国語大学4年生  
澤田 優陽さん



岐阜県在住で名古屋外国語大学に通う現役大学生。2024年4月からは得意な英語を生かし航空業界に就職が決まっています。ファッションはモード系が好き。

余裕がある  
大人になりたい!

**FOOD**

**TULLY'S COFFEE**

世界有名店が数連した至高标准品質を追求し、一杯ずつ手作りの本格的なエスプレッソを気軽に楽しめるスペシャルティコーヒーショップ。真冬のひと時をトリーズで。

今冬のベストメニュー  
クーベルチョコレートの甘みとエスプレッソの濃厚な味わいがGOOD  
モカノート Tall 535円

副店長 小泉 佳穂さん

当店はジャズドリーム長島内のカフェで唯一、コーヒー抽出機器を使用、美味しいコーヒーと広々とした店内でお買い物のプレイクイムをゆったり過ごせます。

**FASHION**

**LOWRYS FARM GLOBAL WORK**

グローバルワーク×ローリーズファーム2つのブランドが集約された複合ブランド型アウトレットストア。宝飾品感覚で大人っぽい「高見えコーデ」を探してみよう。

今冬のベストアイテム  
自社開発素材ウーリーテックの暖かい上品な質感とトレンドのスタンドネックで大人っぽさUP!  
スタンドコート 12,100円

スタッフ 原 夏夏さん

私に、まっすぐ、をコンセプトに、ローリーズファームは、「いま着たいトレンド感」と「ずっと着たい」スタンダードなアイテムで、すべての大人の女性を、応援します。

**GOODS**

**BRUNO**

「毎日を楽しむ」大人のガジェットがコンセプトのBRUNO。定番のホットプレートをはじめとしたキッチン家電やインテリア用品、アウトドアグッズなどがある。新生活の準備をBRUNOで始めよう。

今冬のベストアイテム  
抗菌・抗菌機能とアロマパッド付!くすみカラーでインテリアとしても映えます。  
ハイブリッド加熱温床CALM MIST 17,800円

店長 遠島 由加里さん

当店は国内2店舗しかない直営店。定価が多いBRUNOでは珍しい、アウトレット限定の割引価格でご提供しています。商品を手取りワクワクを膨らませてください!

**FASHION**

**CIAOPANIC**

CIAOPANICやDOUDOUをはじめとするPAL GROUPの洋服から小物雑貨までさまざまなアイテムを幅広く取り揃えているお気に入りの一枚が見つかりました。

今冬のベストアイテム  
インターミッドミッドロココート 5,400円(税込5,940円)、ピーチ中綿スタンドネック 7,100円(税込7,810円)円、オールドトリフアンブレラコート 6,400円(税込6,940円)

店長 村上 拓宏さん

名古屋の有名店舗からのアウトレット品や人気商品を幅広く揃え、2〜30代の若い世代に人気です。他の店舗で売れ残った商品を見つけた!というお声もよくいただきます!

**FOOD**

**朝日屋 長島店**

三重県津市にある「生産者の顔が見える精肉店」が得意な松阪牛専門店舗にするレストランで、ステーキ、すき焼き、焼肉、丼ものが楽しめます。上品な食事を楽しむのも、大人の大きな一歩!

今冬のベストメニュー  
3種のお肉(松阪牛サーロイン、松阪牛モモ肉、牛タン)を食べ比べ!  
レディースステーキ 3,100円

店長 中井 望晴さん

最高級松阪牛はほろける美味しさ!高い肉質とその旨味を最大限に生かしたメニューは精肉店直営ならではです。松阪牛のコロッケやしゃぶしゃぶなどテイアウトも充実しています。

いろいろなお店を見られて楽しかったです。いつもと違う服で新しい自分を発見できました!

ジャズドリーム長島で揃えたコーデ完成!!

※記載金額はすべて税込価格です。

\*\*\*\*\* 冬のジャズドリーム長島はおトクがいっぱい! \*\*\*\*\*

MITSUI OUTLET PARK

# SUPER OUTLET SALE

12/26 tue - 1/21 sun

※一部対象外の店舗・ブランドもございます。※衣装はイメージです。

三井アウトレットパーク 三井ショッピングパークアプリ

ジャズドリーム長島限定 アプリ 支払い

ポイントアップデー

12/26[火]~31[日]

さらに ショップ別ポイントアップも開催!

## お買物券販売会

1/13(土)・1/14(日)

期間中、ジャズドリーム長島で1セット合計15,000円分のお買物券を10,000円(税込)にて販売!

各日先着 200セット

詳しくはウェブ 三井アウトレットパーク 検索 三井ショッピングパークアプリ SNS公式アカウント

年末年始営業時間のご案内

12/31(水)	1/1(木)	1/2(金)	1/3(土)
10:00 - 17:00	9:00 - 20:00	9:00 - 21:00	9:00 - 21:00

※一部対象外の店舗・ブランドもございます。※衣装はイメージです。



輝く岐阜の女性たちから

# メッセージ特集

岐阜新聞女子netがキャンペーンの協賛企業にお邪魔し、女性社員の方々にインタビュー。日々健康や命に携わっているからこそ感じる、喜びややりがいを伺いました。また大人への第一歩を踏み出す皆さんに向けたメッセージも描いていただきました！



PROFILE

岩砂病院・岩砂マタニティ 助産師 畦地 紗希 さん

## 2人の子どもを育てながら、やりがいを持って働く日々

もともとは看護師になりたいと看護専門学校に進学したのですが、実習で産科に行き、分娩に立ち合うことができました。その時にふと思いついたのが、小学3年生の時に妹の出産に立ち合ったときの光景でした。苦しむ母の姿が蘇り、10年以上の時を経てその現場にいる自分に運命を感じました。さらには実習でお世話になった病院は月に数回しか分娩がなく、学生で立ち合えるのは極めてまれという説明を受け、「助産師になりたい」と決意。助産師科に進み、岩砂病院・岩砂マタニティに就職しました。

今は3歳と1歳の子どもを育てながら働いています。実際に出産を経験してみると、助産師として分娩に立ち合えたときは、より感慨深いものがあります。これまで以上に「おめでとうございませう」という言葉に力がこもりますね。アドバイスの引き出しも増えました。

ただ、妊娠や出産は「当たり前」にできるものではありません。妊娠した後に子宮の病気が発覚して、赤ちゃんを諦めたという方は実際にいます。産婦人科に足を踏み入れることはハードルが高いことだと感じる方も多いでしょうが(助産師をしている私でさえそうでした)、早いうちから子宮頸がん検診を受けるなどして、将来に備えていただきたいと思います。

わたしのお気に入り

ナースポシェット

点滴の時に使うサージカルテープやハンドクリーム、電卓、消毒液などが入っています。「持っていた方がいいな」と思っていたものを入れていくうちになかのアイテムも増えていきました。周りの助産師と比べても多いのですが、このナースポシェットのおかげでスムーズに働けているのではと思っています。



PROFILE

生活協同組合コープぎふ・西濃支所 中村 美緒 さん・谷川 真唯 さん

## 食品を通してみなさんの健康を応援します

(今回は谷川さんとお話をしました)

地域と直接関わる仕事がしたいと思い、コープぎふのインターンシップに参加。組合員さんご自宅へ商品をお届けする配達に同行しました。配達先で見た、組合員さん笑顔で会話する姿が心に残り、ここで働くことを決めました。地元に近い西濃支所に配属されて3年目。毎週、約170件のご家庭や職場に商品をお届けしています。配達のために組合員さんから「届けてくれてありがとう」と声をかけていただけると、とてもうれしいです。

コープの商品は、冷凍食品など便利なものに加え、新鮮野菜も豊富です。日々お話ししていると、健康に気を使っている組合員さんが多いと感じます。周り「健康診断にひっかった」という声を聞くと、私も少しドキドキするので、好きな果物に加えて野菜も食べるように意識しています。

健康といえば最近、月に1度歯医者に通っています。思いがけず指摘を受けたりして、やはり検診は大事だなと実感しています。産婦人科にも今のうちから年に1度は検診に行きたいです。一緒にがんばりましょう！

わたしのお気に入り

具たっぷり肉まん

生地や餡内などすべて国産素材を使用しています。水をかけなくても電子レンジで温めればすぐに食べられるボリュームたっぷりな肉まんです。寝たときや小腹がすいたときに手軽にパワーをくれる。私のオススメの一品です。



PROFILE

ピノキオ薬局増穂店 店長・管理薬剤師 小林 由紀子 さん

## ハーブやアロマにいやされながら穏やかな毎日

大学を卒業し、最初は漢方薬を扱う会社に入社しました。病院勤務などをを経て、今の店舗では7カ月前から、店長・管理薬剤師として働いています。

もともとハーブやアロマに興味があり、これまでにアロマセラピーのインストラクターやメディカルハーブのプラクティショナー、漢方薬・生薬認定薬剤師など、さまざまな資格を取りました。海外へ学びに行ったことも多いです。大好きなこれらを生活に取り入れてリラックスやリフレッシュにつなげることができて幸せです。

もちろん、これらの趣味と薬剤師の仕事は全く別のことでありますが、カウンセリングの仕方や人との接し方などを学ぶことは、日々、患者さんと向き合う中でも生きていくと感じています。

今回は子宮頸がんのキャンペーンということですが、若い皆さんには、まずは子宮頸がんとはどういう病気なのかをまずは正しく知っていただくのが先かと思います。ある程度知られては来ましたが、いまだに「(性)自由な人がかかる」と思っている方もいるようです。知った上で、ワクチンについても考えていけば良いかと思います。

わたしのお気に入り

ハーブティー

仕事にアロマトークを使うことはほとんどありませんが、大抵は自宅からハーブティーをボトルに入れて持っています。自宅にはいろいろな種類がありますが、「今日の体調は〇だから」と選んだりするわけではなく、何を持っていくかは朝の気分次第で決めています。私にとってハーブティーは元気に働くために欠かせないものですね。



PROFILE

操縦医クリニック 看護師 上坂 文美 さん

## 女性専用フロアで、居心地が良く安心して訪れやすい雰囲気を出創

看護師として働く母の背中を見て育ちました。母は仕事も家庭もしっかりこなす人で、高校生のときに「私もこんな大人になりたい」と思い、専門学校へ進学。看護師になって20年以上が経ち、今では私も子育て真っ最中の母親です。適度に息抜きしながら、仕事と家庭、どちらも楽しくできています。

検診とはいえ、婦人科に行くのはどうしても不安ですね。少しでも安心していただけるよう、ここはスタッフ全員が受診者さんとのコミュニケーションをとっても大切にしています。元は人見知りの私も先輩方からたくさん学び、今はさまざまな受診者さんとお話できることが仕事の活力。女性専用のフロアということもあり、いつも自然と良い雰囲気が出ていて、「ここなら」とまた来てくれる方もたくさんいます。

今はネットでも調べることができそうですが、正確な診断は決してできません。心配なことがあるなら、やっぱり病院に来てみるのが一番。将来のためにも少しでも勇気を出して、一度来ていただけたらと思います。

わたしのお気に入り

靴下

好きな色や柄のあった靴下を履いて、自分の気持ちを高めています。最近のお気に入りには黄色。自分自身も心地良い気持ちでいることが、受診者さんとの良いコミュニケーションにつながるのではと思っています。



PROFILE

社会医療法人蘇西厚生会 松波総合病院

## 女性の一生を高度な医療でサポート

当院産婦人科は日本産科婦人科学会認定医である常勤産科5名と岐阜大学から1名の非常勤医師の協力により、地域住民の皆さまに「婦人科腫瘍学」「産婦人科」「生殖内分泌学」「女性医学」の産婦人科すべての分野において24時間体制で安全かつ質の高い診療・治療を提供することを最大の目標としています。

女性の一生の健康管理を対象としており、子宮がん・卵巣がん検診のみならず乳腺外科との連携により乳がんを含め様々な検診も行っています。

- 医師紹介
- 病院長 松波 和寿
  - 内分科臨床研究センター長 今井 篤志
  - 産婦人科周産期医療対策室長 川崎 市郎
  - 産婦人科第一部長 高木 博
  - 産婦人科第二部長 市古 哲

社会医療法人蘇西厚生会 松波総合病院 | 羽島郡笠松町田代185-1



# 市町村検診窓口

「子宮頸がん検診」についてのご相談・お問い合わせは、  
下記のお住まいの市町村各窓口へお気軽にどうぞ。

市町村名	担当窓口	電話番号	診察方法	診察期間	
岐阜地域	岐阜市	健康増進課	058-252-7193	節目検診クーポン/ 7月上旬発送(予定)	2024年7月1日~2025年1月末日(予定)
	羽島市	子育て・健幸課	058-392-1111	節目検診クーポン/ 5月下旬発送(予定)	2024年4月1日~2025年2月28日(予定)
	各務原市	健康管理課	058-383-1115	節目検診クーポン/ 5月下旬発送(予定)	2024年6月1日~2025年2月28日(予定)
	山県市	健康介護課	0581-22-6838	集団・個別検診 21歳無料クーポン/ 5月中旬発送	2024年6月~2024年12月末日(予定)
	瑞穂市	健康推進課	058-327-8611	節目検診クーポン/ 6月下旬発送(予定)	2024年7月~2024年12月(予定)
	本巣市	健康増進課	058-320-0153	節目検診クーポン/ 5月下旬発送(予定)	2024年6月~2024年11月(予定)
	笠松町	健康介護課	058-388-7171	節目検診クーポン/ 6月下旬発送(予定)	2024年7月1日~2025年1月31日(予定)
	岐南町	健康推進課	058-247-1321	節目検診クーポン/ 6月下旬発送(予定)	2024年7月1日~2025年1月31日(予定)
	北方町	健康推進課(北方町保健センター)	058-323-7600	節目検診クーポン/ 9月中旬発送(予定)	2024年10月~2024年12月中旬(予定)
西濃地域	大垣市	保健センター	0584-75-2322	節目検診クーポン/ 5月下旬発送(予定)	2024年5月~2025年2月(予定)
	海津市	健康課	0584-53-1317	節目検診クーポン/ 4月下旬発送(予定)	2024年5月~2025年2月末日(予定)
	養老町	養老町保健センター	0584-32-9025	節目検診クーポン/ 5月下旬発送(予定)	2024年4月1日~2025年3月末日(予定)
	関ヶ原町	健康増進センター	0584-43-3201	節目検診クーポン/ 検診実施の1か月前発送	実施日未定/ 検診車にて4日間実施
	垂井町	保健センター	0584-22-1021	集団検診・節目検診クーポン/ 5月下旬発送(予定)	2024年7月~2024年12月
	安八町	保健センター	0584-64-3775	個別検診・節目検診クーポン/ 4月下旬発送(予定)	2024年5月7日~2025年2月28日
	神戸町	保健センター	0584-27-7555	節目検診クーポン/ 4月下旬発送(予定)	2024年5月1日~2025年2月28日
	輪之内町	保健センター	0584-69-5155	節目検診クーポン/ 4月下旬発送(予定)	2024年5月1日~2025年2月28日
	揖斐川町	健康福祉課(揖斐川保健センター)	0585-23-1511	節目検診クーポン/ 5月上旬発送 ※詳細は揖斐川保健センターへお問い合わせください。	2024年4月~2025年2月28日
	大野町	保健センター	0585-34-2333	節目検診クーポン/ 4月発送(予定)	2024年6月~2025年2月
	池田町	保健センター	0585-45-3191	無料クーポン券/ 8月下旬発送(予定)	2024年9月1日~2025年2月28日
中濃地域	関市	市民健康課	0575-24-0111	21歳無料クーポン/ 5月下旬発送	2024年6月~2025年2月末日
	美濃市	民生部 保健センター	0575-33-0550	節目検診クーポン/ 4月下旬発送(予定)	2024年4月1日~2025年3月31日
	美濃加茂市	健康課(美濃加茂市保健センター)	0574-66-1365	節目検診クーポン/ 4~10月発送	2024年4月~2024年12月
	可児市	健康増進課	0574-62-1111	節目検診クーポン/ 5月下旬発送(予定)	2024年5月下旬~2025年1月末日
	郡上市	健康課	0575-88-4511	節目検診クーポン/ 5月上旬発送(予定)	2024年5月~2025年2月
	川辺町	健康福祉課	0574-53-2515	節目検診クーポン/ 6月中旬発送(予定)	2024年7月1日~2024年12月31日
	坂祝町	保健センター	0574-26-7201	節目検診クーポン/ 8月中旬発送(予定)	2024年9月1日~2025年1月末日
	白川町	保健福祉課	0574-72-2317	集団・施設検診 自己負担500円/ 4~5月頃に検診票発送 ※一部無料クーポン券あり	2024年6月~2024年12月末日
	富加町	福祉保健課	0574-54-2117(課直)	自己負担/ 集団500円 個別1,000円 ※20歳女性は無料(年度末年齢)	2024年5月~2024年12月
	七宗町	健康福祉課(生きがい健康センター)	0574-48-1112	節目検診クーポン/ 7月初旬発送	2024年8月1日~2025年1月末日
	八百津町	健康福祉課	0574-43-2111	節目検診クーポン/ 4月下旬~5月上旬発送	2024年6月1日~2024年12月31日
	東白川村	保健福祉センター	0574-78-2100	節目検診クーポン/ 5月中旬発送(予定)	2024年6月~2025年3月
御嵩町	福祉課(保健予防係)	0574-67-2111	節目検診クーポン/ 6月頃発送	2024年7月~2024年12月	
東濃地域	多治見市	保健センター	0572-23-5025	節目検診クーポン/ 5月下旬発送	2024年6月1日~2024年12月末日(予定)
	中津川市	健康医療課	0573-66-1111	節目検診クーポン/ 4月下旬発送(予定)	2024年4月1日~2025年3月31日
	瑞浪市	健康づくり課	0572-68-9785	節目検診クーポン/ 4月下旬頃発送(予定)	2024年5月~2024年12月末日
	恵那市	健幸推進課	0573-26-2111	節目検診クーポン/ 4月発送(予定)	2024年5月~2025年3月
	土岐市	土岐市保健センター	0572-55-2010	節目検診クーポン/ 5月上旬発送	2024年5月~2024年12月末日
飛騨地域	高山市	健康推進課	0577-35-3160	申し込み者に個別案内送付 ※令和6年度は平成15年4月2日~平成16年4月1日生まれの女性は無料	2024年4月~2025年3月
	飛騨市	古川町保健センター	0577-73-2948	検診申し込みをした方に予約案内を送付	2024年5月~2024年11月
	下呂市	健康医療課	0576-24-2222	節目検診クーポン/ 5月中旬発送(予定)	2024年5月中旬~2025年3月末日(予定)
	白川村	村民課	05769-6-1311	節目検診クーポン/ 4月中旬発送(予定)	2024年5月、9月(予定)

あなたの人生がちょっと楽しく豊かになる情報を岐阜新聞社が発信します!

[編集・発行]

岐阜新聞社 営業局 〒500-8577 岐阜市今小町10

岐阜新聞女子net 検索

ZYA022(ジャオ22)



Z世代のライフ・  
キャリアをサポート  
ホームページはこちら ▶▶▶



Join(ジョイン)



20代からの仕事と子育て  
応援メディア  
Instagramはこちら ▶▶▶

