

# 地域で安全・安心なまちづくりを目指して

●問合先 市役所交通防災課 交通・防災G 内線 138

## 防犯は「鍵かけ声かけ心がけ」!!

年末にはボーナス等を狙い、空き巣、ひったくり、強盗が多発します。被害に遭わないように「防犯は鍵かけ声かけ心がけ」の意識を持って、良い年を迎えましょう!

### 被害を防ぐ防犯対策

#### ①空き巣対策!

- ・戸締まりの徹底。
- ・留守を悟られない。
- ・侵入をてこずらせる備えをしておく。
- ・合鍵の置き場はつくらない。鍵は二重ロック。
- ・家の周りは整理整頓し、スキをみせない。

#### ②ひったくり対策!

- ・後方からバイクや自動車などの車両が近づいてきたら警戒する。
- ・バッグ等は車道側に持たず、胸にしっかり抱える、たすき掛けにするなど持ち方に工夫をする。

- ・自転車の前カゴにはひったくり防止のカバーやネットを装着する。

#### ③強盗対策!

- ・居空き(※)の予防にまずは鍵かけ(二重ロック)。居空気にいくわすと強盗に発展することもある。まずは家に侵入されないように。

※居空きとは、在宅中に泥棒に入られること

- ・金融機関等から現金を下ろした後は人通りの多い明るい場所を歩く。
- ・夜間の被害は女性が特に多い。一人歩きは避け、後方に注意する。

### 守谷市の交通事故発生状況(11月)

件数 14 件 死者数 0 人 負傷者数 15 人

## 平成 24 年度 茨城県表彰 受賞

功績団体表彰  
(社会福祉の増進)

市内で活動が続けてきた「音訳ボランティアかっこう」が、茨城県表彰において、功績団体表彰(社会福祉の増進)を受賞しました。

同団体は、視覚障がい者など読書等が困難な方のために、「広報もりや」「議会だより」をはじめとした録音図書(テープ)を継続的に作成するなど、長年の活動による地域福祉への功績が認められたものです。おめでとうございます。



## 取手市医師会健康教室

### 乳がんについて

近年乳がんについて、メディアに取り上げられる機会が増えています。その理由としては、「日本における女性のがんのうち、罹患率(2番目)・死亡率(5番目)共に増加中」「年代別罹患率が30歳代から増加し、40歳代後半から50歳代前半でピークを迎える」「育児中の母親や中堅の就業者など比較的若年者の発生が高頻度で認められている」など、社会的影響が大きいことが挙げられます。今回は、ちまたでいわれている風評を正し、治療法の概略を示すことで、決して怖い疾患ではないことを説明します。

まず乳がんは、5年生存率でいうと85・5%と非常にたちのよいものであることを理解してください。よくいわれていることに「乳製品の過剰摂取が発がんのリスクになる」「緑茶が発がんの抑制になる」等がありますが、これらは科学的根拠が証明

されていません。現在証明されているリスク増加要因としては、乳がん家族歴、肥満、アルコールの多飲。リスク減少要因としては、授乳歴、適度な運動が挙げられます。

治療に関しては、手術、放射線療法、薬物療法(化学療法)、内分泌療法、分子標的療法)があり、病態、病期によりそれらをさまざまに組み合わせます。術式も近年は、乳房温存療法が約60%以上となり、またセンチネルリンパ節生検による腋窩のリンパ節郭清の省略など低侵襲化が進んでいます。薬物療法も乳がんは効果が期待できる疾患です。従来の抗がん剤のほか、新規内分泌治療薬、分子標的治療薬も承認され使用可能となり、さらに治療成績の向上が期待されています。

取手市医師会の乳がん検診における発見乳がんにおいては、非触知(触ってもわからない)例が約8割で、この10年再発転移例はありません。画像診断(マンモグラフィ、超音波)を併用した乳がん検診の有効性が示唆されます。