

塩谷郡市医師会リレーコラム  
シリーズ「がんを知る」

●ご意見やご質問、取り上げてほしい病気などありましたら塩谷郡市医師会までお便りをお寄せください。  
問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3  
さくら市氏家保健センター内 塩谷郡市医師会

第12回「乳がん」

乳がんと総称される疾患にはいろいろな種類のものがあり、おのおのに最適の治療法が確立されてきています。専門医による適切な治療を受けることは必須ですが、早期発見が何よりも大切で、そのために定期検診を受けることが重要です。本県は行政各位の努力で、早期発見のための集団検診に非常に力を入れてくださっているため、ぜひ、自分の命を守るために受診されることをお勧めします。

乳がんを早期発見するためには、乳房撮影と超音波検診の2つの方法があります。ごく単純に申しますと、乳房撮影は乳がん組織内に発生しやすい微細石灰化像の検出に優れ、超音波検査は大きな硬い乳腺組織内に潜むがんの腫瘍の検出に優れているため、両者を併用することにより、小さながんの検出率を高めることができます。さらに、怪しい病変が見つかった場合には、その病変から細胞や、そうめんのように細い組織を採取して、がんの確定診断を下すことが可能となりました。5ミリメートル位の小病巣を確認して、乳房温存手術で安全確実に根治的治療が行えるようになってきています。放射線療法、薬物療法も日進月歩の発展を示しており、誠に心強い限りですが、それでもがんになったということは大変なことです。予防が何よりも大切です。

乳がんの中には、少数ではありますが遺伝が原因と証明されている例もありますので、カウンセリングを

黒須病院 名誉院長 金澤 暁太郎 (さくら市)

お受けになるのも一法でしょう。しかし、ほとんどの症例は原因不明だと言ってしまうと、取り付く島もないので、少しずつ分かってきたことを簡単に述べてみましょう。

乳がんの過半数は、女性ホルモン、殊にエストロゲンと呼ばれる卵巣ホルモンにより、増殖が促進されます。日本人は昔から大豆やその加工品を食べてきました。西洋では家畜の餌としか考えられていなかった大豆ですが、その中に含まれる物質が大腸の中に生息する細菌によりエクオールという物質に代謝されます。これはエストロゲンと比較すると、女性ホルモンとしての作用は非常に弱いですが、エストロゲンが乳腺細胞、乳がん細胞に作用する部位にエストロゲンよりも能率よく、かつ、強固に結合するので、乳がん細胞の増殖が抑制されます。

高脂肪食、高カロリー食に起因する肥満に起因する脂肪細胞由来の腫瘍増殖促進物質、深夜まで電灯が煌々とする都市での生活による松果体より産生されるメラトニンの分泌障害による腫瘍増殖抑制効果の破綻、環境女性ホルモン等々、文明の進歩が健康に及ぼす影響なども無視できないでしょう。

乳がんの発生原因は一つではありませんが、分かったものは一つずつ避ける努力を重ね、地道な研究をこれからも支えて行かなければなりません。

ねんきん  
年金保険料免除申請のご案内

問い合わせ／大田原年金事務所 ☎(22)6311  
矢板市市民課 ☎(43)1117  
FAX(43)5962

7月から、平成27年7月分～平成28年6月分の国民年金保険料免除申請が始まりました。

国民年金には、経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶

予となる「保険料免除制度」や「若年者(30歳未満)納付猶予制度」があります。保険料が未納のままだと、老後の年金だけでなく、若いときにも支給される障害基礎年金などが受けられない場合があります。

免除期間	平成27年7月分～平成28年6月分まで 過去期間は申請が受理された月から2年1カ月前まで申請することができます。
申請	原則として毎年申請が必要です。 年金手帳、認め印、運転免許証など身分が分かるものをお持ちください。
必要なもの	申請年度または前年度に退職(失業)した場合は雇用保険受給資格者証などの写しが必要になります。配偶者・世帯主が失業した場合も対象となります。 詳しくはお問い合わせください。

8月の集団健診日程

※市ホームページに健診日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。  
申込・問い合わせ／健康増進課 ☎(43)1118  
HP <http://www.city.yaita.tochigi.jp/>

特定健診を受診される方は、保険証と受診券(国民健康保険以外の方)を必ずお持ちください。(※お忘れになると、当日受診できませんのでご注意ください。)

お申し込みをされていない方で受診希望の方は、健康増進課へご連絡ください。(※健診予定日に発熱やせきなど、体に異常がある場合は、後日改めて受診してください。)

	受付時間	場所	特定健診	胃・肺・大腸がん	前立腺がん	乳・子宮がん	骨粗しょう症	備考
4日(火)		文化会館小ホール				○	○	※女性のみ
19日(水)	8:30～10:30	勤労青少年ホーム	○	○	○			
27日(木)			○	○	○			
29日(土)	8:00～10:30	文化会館小ホール	○	○	○	○	○	

認知症簡易検査のお知らせ

申込・問い合わせ／高齢対策課 ☎(43)3896

9月頃から、認知症の早期発見・早期治療、および認知症予防に繋げることを目的として、認知症簡易検査を実施します。

事前に行った申込調査では、約1,200人の申し込みがありました。申し込まれた方には個別に検査日程等を通知します。

また、随時申し込みを受け付けていますので、ご希望の方はお問い合わせください。

検査の流れ／(30分程度)

- ①問診…当日の体調等を記入します。
- ②検査…タブレット端末を使用した検査を受けます。

社会保障・税番号制度のお知らせ

事業者(個人事業主含む)のマイナンバー制度への対応について

●事業者もマイナンバー(個人番号)を取り扱うの？

事業者は、マイナンバーの法律で定められた事務のうち、税と社会保険の手続きでマイナンバーを使うことになります。

そのため、従業員を雇用していれば、従業員のマイナンバーを取得・保管する必要があるほか、報酬等から税金の源泉徴収を行うため、外部の方のマイナンバー(または法人番号)を取り扱う場合もあります。

平成28年1月以降、税や社会保障の手続のために、パートやアルバイトを含め、全従業員のマイナンバーを取得し、源泉徴収票や健康保険・厚生年金・雇用保険などの書類に個人番号を記載することになります。

マイナンバーを記載する書類の代表的な提出先は、税務署・市町村・年金事務所・ハローワーク等が挙げられます。

●従業員のマイナンバーはいつから取得できるの？

住民票がある全ての方にマイナンバーをお知らせする「通知カード」が送付される平成27年10月から、マイナンバーの事前取得が可能になります。

事業者は、従業員の方に利用目的等を告げるとともに、運転免許証等で本人確認を行った上で、マイナンバーの取得を行ってください。

●必要な安全管理措置は？

事業者は、マイナンバーおよび特定個人情報(マイナンバーを含む個人情報)の漏えい、滅失または毀損の防止、その他の適切な管理のために、必要かつ適切な安全管理措置を講じなければなりません。

具体的には、個人情報を取扱うシステムのアクセス制御を行う、機微な個人情報は鍵付きのキャビネットに書類を保管する等、事業内容や規模に応じた対応をご検討ください。

●法人番号とは？

平成27年10月から、法人の登記されている本店または主たる事務所の所在地に通知が送付されます。

個人番号とは異なり、利用範囲に制約がなく、インターネットによる公表を通じて、どなたでも自由に利用できます。

●マイナンバーについてより詳しく知りたい方へ

マイナンバー・ポータルサイト(<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>)で、制度に関する最新情報や個人情報を取り扱うにあたってのガイドライン等を公開しています。

●マイナンバーコールセンター

9:30～17:30(土・日、祝日を除く)  
☎0570(20)0178