

# 保健だより

島田商業高等学校  
定時制 保健室  
R7年度 3月



## ～知っておこう！がんについて～

前回(2月号)に引き続き、がんについての情報を発信します ⚡⚡

5

### がんの治療

#### ～ 基本の治療 ～

- 手術療法
- 放射線療法
- 抗がん剤療法
- 免疫療法



- ★日常生活を続けながら治療する人
- ★働きながら治療する人も増えています。

6

### がん予防

がんになりにくい体をつくるためには…？

- たばこを吸わない
- 酒を(大量に)飲まない
- 適度な運動と体重管理
- 食生活を見直す
- 塩分や脂質をとりすぎない
- 野菜や果物を食べる



7

### 自分を 守るために…

がんは早期発見が重要

積極的にがん検診を  
受けることが大切！！



元気でも  
検診に行こう



8

### 社会の 一員として…

がん患者やその家族も含め、  
誰もが暮らしやすい社会  
をつくっていくために…

がんについて関心を持ち、  
正しく理解しましょう

自分自身を  
大切にしましょう

