

# 第6回日本最北端わかっかない平和マラソン2023 ランナー募集!!

開催日/ 9月3日(日) 雨天決行

コース/フルマラソン 宗谷岬スタート~北防波堤ドームゴール  
2・5・8km 市温水プール水夢館前スタート  
~北防波堤ドームゴール

定員/フルマラソンのみ 1,000人 (定員になり次第締切)

種目・参加資格・参加料等/市内の小中学生は、参加料が無料です。

参加申し込み・申し込み期限/

- ①市内の小中学生：各学校を通じてご案内します
- ②RUNNET ③SPORTS ENTRY
- いずれも6月30日(金) 17:00まで
- ④郵便振替：6月15日(木) 17:00まで

詳しくは  
大会公式ホームページを  
ご覧ください



種目	スタート	参加資格	参加料(税込)	表彰	表彰区分(男子/女子)
フルマラソン (42.195km)	9:00	18歳以上(高校生は除く) 6時間以内に完走できる方	10,000円	総合1位~3位、 各組1位~6位	①29歳以下 ④50~59歳 ②30~39歳 ⑤60歳以上 ③40~49歳
8km	9:50~ 9:55	中学生以上	中学生 1,000円 高校生以上 3,000円	各組1位~3位	①39歳以下 ②40歳以上
5km	10:00~ 10:10	小学5年生以上	小・中学生 1,000円 高校生以上 2,000円	各組1位~3位	①小学5・6年生 ③一般 ②中学生
2km	小学生 10:15~ 10:25	小学生	1,000円	各組1位~3位	①小学1・2年生 ③小学5・6年生 ②小学3・4年生
	ペア 10:30	小学生または中学生1人と 大人1人	1組1,000円	ペアの部の順位表彰はありません	


問い合わせ/日本最北端わかっかない平和マラソン大会実行委員会 (事務局：市総務・スポーツ課)

☎ 23 - 6521

- 主な内視鏡検査の内容**
- ①上部消化管内視鏡検査 (胃カメラ)
- 胃バリウム検査の二次検査、逆流性食道炎など胃部不快感の精密検査、誤飲した異物の回収、消化管出血の治療、早期胃がんの内視鏡手術など
- ②下部消化管内視鏡検査 (大腸カメラ)

●**内視鏡室とは?**  
上部消化管内視鏡検査(胃カメラ)をはじめ、様々な内視鏡を使用した検査・処置を行っています。  
稚内市の総合病院として、多くの病気に対応できる設備を整えており、高画質の内視鏡システムや、細径内視鏡(鼻カメラ)といった最新の設備も導入しています。

## 市立病院 だより



このコーナーでは、市立稚内病院の情報をお知らせします。  
【内視鏡室編】

●**早期発見が重要です!**  
国立研究法人国立がん研究センターが発表したがんの死亡順位(2021年)では、第2位に大腸がん、第3位に胃がんとされ、それらを理由に、現在でも多くの方が命を落としています。一方で大腸がん、胃がんは、早期であるほど治療できる可能性が高く、初期段階であれば、内視鏡による手術により、お腹を切らな

いでご紹介します。  
今月は、「内視鏡室について」をご紹介します。

●**早期発見が重要です!**  
国立研究法人国立がん研究センターが発表したがんの死亡順位(2021年)では、第2位に大腸がん、第3位に胃がんとされ、それらを理由に、現在でも多くの方が命を落としています。一方で大腸がん、胃がんは、早期であるほど治療できる可能性が高く、初期段階であれば、内視鏡による手術により、お腹を切らな

検便の二次検査など大腸がん検診、腹痛、下痢といった腹部違和感の精密検査、下血の治療、潰瘍性大腸炎や、クローン病など炎症性腸疾患の診断・経過観察、大腸ポリープの切除、早期大腸がんの内視鏡手術

③胆膵内視鏡検査・超音波内視鏡検査  
胆石や膵臓がん、胆管がんなどによる胆管炎・黄疸の精密検査・治療、肺がんやリンパ腫といった病気の病理診断

④小腸内視鏡検査  
通常の胃カメラ・大腸カメラが届かない小腸の炎症や、潰瘍といった病気の検査、消化管の手術を行った患者の胆石の処置など

す。お腹の不調がある方はもちろん、症状がない方でも、内視鏡検査を考えると、はいかがでしょうか。負担を和らげる方法として、鎮静剤を利用し、眠りながら検査を受けることもできます。(患者の状態や検査室の混雑状況により、対応できない場合もありますので、予約の際に相談ください。)

また、北海道大学病院からの専門医の出張派遣があるため、早期がんの内視鏡手術や、膵臓がん・胆管がんの精密検査も、札幌の専門施設と同等の高レベルな医療を受けることができます。

内視鏡検査を検討している方は、まず当院内科外来を受診してください。

**診療日時**  
月曜日・金曜日  
9時~11時

**連絡先**  
市立稚内病院 内科外来  
☎ 23・2771



す。お腹の不調がある方はもちろん、症状がない方でも、内視鏡検査を考えると、はいかがでしょうか。負担を和らげる方法として、鎮静剤を利用し、眠りながら検査を受けることもできます。(患者の状態や検査室の混雑状況により、対応できない場合もありますので、予約の際に相談ください。)

また、北海道大学病院からの専門医の出張派遣があるため、早期がんの内視鏡手術や、膵臓がん・胆管がんの精密検査も、札幌の専門施設と同等の高レベルな医療を受けることができます。

内視鏡検査を検討している方は、まず当院内科外来を受診してください。

**診療日時**  
月曜日・金曜日  
9時~11時

**連絡先**  
市立稚内病院 内科外来  
☎ 23・2771

## マイナンバーカードを作りますか?

マイナンバーカードは、本人確認のための身分証明書としての利用や、オンラインでの行政手続きだけではなく、健康保険証としても利用できます。

また、マイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニ交付サービスで住民票や印鑑登録証明書の取得も可能となりました。

ますます便利になるマイナンバーカードをぜひ、申請してください!

問い合わせ/市総合窓口課 選挙・戸籍住民グループ  
☎ 23 - 6407

## 連休中の手続き休止のお知らせ

マイナンバーのシステムが全国一斉に停止するため、下記の期間はマイナンバー関係の手続きを休止します。

【システム停止日】  
4月29日(土) ~ 5月7日(日) 終日

