

岐阜県では、第3次ヘルスプランぎふ21に基づき【6つの生活習慣の改善】と【健(検)診・保健指導の受診率の向上】など、県全体で健康づくりに取り組み県民の健康寿命の延伸を目指しています。

今回は、**がん検診**について考えてみましょう。

食生活
・栄養

身体活動
・運動

休養・
こころ
の健康

たばこ

アル
コール

歯・口腔
の健康

健診・
検診の
受診

がん征圧月間

日本対がん協会や日本医師会などは、毎年9月を「がん征圧月間」とし、早期発見・早期治療の重要性や、がんの正しい知識を広める活動に力を入れています。がんは初期の状態ですら自覚症状が出ることはほとんどなく、身体の違和感が出て受診したところ末期の状態だったということは残念ながら珍しくありません。だからこそ、がん検診を受けて早期発見・早期治療に役立てることが大切です。特に女性のがん検診受診率(胃、大腸、肺)は男性と比べて10%前後低いことも明らかになっています。

2人に1人が がんにかかる時代

日本人が一生のうちのがんと診断される確率は男性65.0%、女性50.2%(2018年データに基づく国立がん研究センター最新がん統計)で、2人に1人がかかると言われています。また、全国がん登録によると、**岐阜県内だけでも毎年1万6000人ほどが新たにがん**と診断されており、がんは身近な病気です。

2020年の岐阜県の主要死因別死亡割合によると、悪性新生物(がん)で命を落とした人は6043人(26.6%)で全体の4分の1以上を占めています。**主要死因別死亡数の年次推移**を見てみると、**30年近くにわたってがん(悪性新生物)が1位**となっており、右肩上がりを続けているのが現状です(表1)。ただ、医学の進歩により、**早期発見・治療ができれば命を守るケースが数多くあることも事実**です。

表1 主要死因別死亡数の年次推移

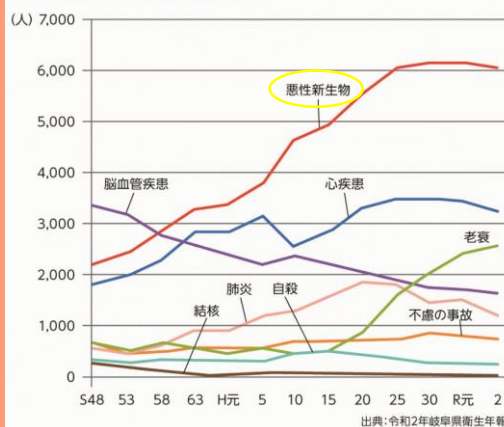


表2 市町村が行う検診

対象臓器	検査方法	対象者	受診間隔
胃	問診に加え、胃部エックス線または胃内視鏡検査のいずれか。	50歳以上 ※自分の期、胃部エックス線検査に関しては、40歳以上に実施可。	2年に1回 ※自分の期、胃部エックス線検査に関しては、年1回実施可。
子宮頸部	問診、視診、子宮頸部の細胞診および内診。	20歳以上	2年に1回
乳房	問診および乳房エックス線検査(マンモグラフィ)	40歳以上	2年に1回
肺	質問(医師が自ら対面により行う場合は問診)、胸部エックス線検査および痰液細胞診(痰液細胞診は、原則50歳以上で喫煙指数が600以上の方のみ。過去の喫煙者も含む)	40歳以上	年1回
大腸	問診および便潜血検査	40歳以上	年1回

出典:厚生労働省「がん予防重点健康啓発及びがん検診実施のための指針」

早期発見のためには、「がん検診」が有効です。がん検診は、市町村や職場で受診できます。

感染対策をしてがん検診受診

新型コロナウイルス感染症がまん延する昨今、感染を心配した受診控えによってがんが進行した状態で見つかることが懸念されます。

コロナ禍でもがん検診は「不要不急」ではありません。皆さんもマスク着用や手洗いうがいなどの**感染防止策を徹底し、がん検診を受けましょう**。検診会場では、換気や消毒・体調チェック等の基本的な対策のほか、検診体制の整備や密を避けるための対策、共有物の廃止などの感染対策に力を入れています。



【岐阜県HP】コロナが心配で、がん検診を控えているあなたへ



女性のがん検診受診について

忙しい女性も受診を

国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」によると、岐阜県における2019年の胃がん検診の受診率は男性で56.2%、女性は44.5%、大腸がんの受診率は、男性51.0%、女性42.3%、肺がんの受診率は、男性57.2%、女性45.7%と、**いずれのがん検診も、女性の方が低い受診率であったことが明らかになりました。女性の乳がん検診受診率は47.8%、子宮(頸)がん受診率は42.5%でした。**

「子育てや家事で検診に行く時間が作りづらい」「怖い」「身体を他人に見られたくない」「専業主婦だから職場の検診とは無縁」など、それぞれに「がん検診を受けない理由」があるのかもしれませんが。

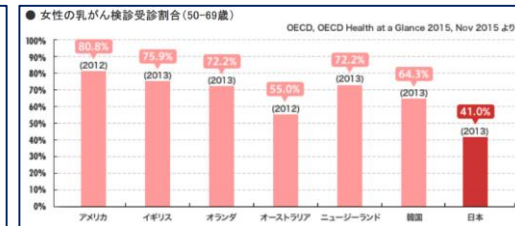
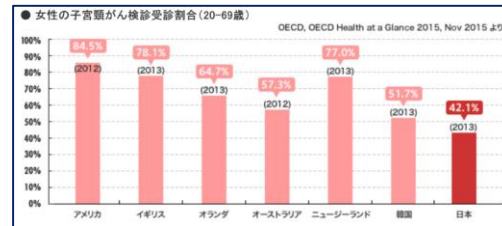
しかし、**早期発見・治療**ができれば、命を落とさないどころか、**がんの種類、状態によっては数分の内視鏡治療で済み、数日間の入院すらしなくても済むケースも珍しくありません。**しかし、がん検診を長年にわたって受けずに、進行するまでがんを見つけられずにいたら、長期入院を余儀なくされ、さらには命の危険にもさらされます。

これから先も笑顔いっぱいの充実した人生を送るため、1年に一度、2年に一度の少しの時間を、がん検診のために使ってください。



がん検診の国際比較

諸外国では、乳がん検診・子宮頸がん検診は高い受診率を維持しています。アメリカやイギリスでは7~8割であるのに対し、日本は約4割にとどまり極めて低いのが現状です。



引用:「令和4年度 がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン ホームページ」:厚生労働省

令和4年10月1日(土)~10月31日(月)

がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン

国及び地方公共団体では、「がん検診受診率50%以上」を目標に掲げ、その達成に向けて取組みを進めています。毎年10月には、がん検診への関心を深めてもらうためにキャンペーンを行っています。



県内ウォーキングコース紹介

南飛騨健康増進センター(下呂市)

県では、楽しみながら健康づくりができる県内各地のウォーキングコースをホームページで紹介しています。

南飛騨健康増進センターでは、12の散策道を整備。せせらぎや木漏れ日、土や木々の匂いを感じながらリフレッシュしてみたいはいかがでしょうか。



岳見の館からの展望



薬草園内遊歩道



紅葉の南飛騨健康増進センター

散策では、クマよけの鈴を持つことや、2人以上で利用するまど注意事項を守りましょう！(散策マップを南飛騨健康増進センターの受付で配布しています。)

南飛騨健康増進センター
下呂市萩原町四美1557-3
TEL:0576-55-0010



10月は、『がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン』