

病気を知り、己を知ること目指せ100歳！

「がん『検診』」を受けることで安心の健康生活を！

問合せ 長寿健康課健康づくりグループ(あいあい ☎84-3316)

まずは、自分の健康状態を知ろう！

「がんは自分には関係ない！」と思っていませんか？

がんは他人事ではありません。今こそ自分の体と向き合って、がん検診を受けましょう！



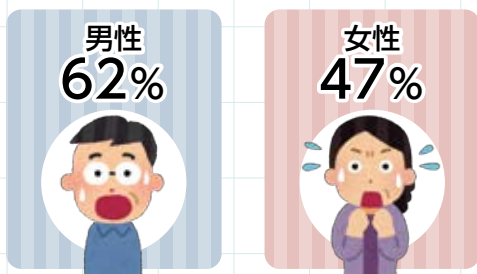
こういう人こそ“健診”だけでなく
定期的な“検診”が大切です！

「健診」とは、健康かどうか、または病気の因子があるか否かを確認するものです。

「検診」は、特定の病気を早期に発見し、早期に治療することを目的にします。

「がん」のこと、どのくらい知っていますか？

一生のうちにがんと診断される確率は？

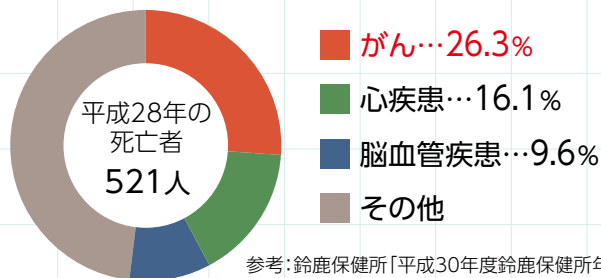


日本人の2人に1人は
がんと診断されています

出典：国立がん研究センター(がん登録・統計)

亀山市のがんでの死亡者は？

■ 亀山市の死亡者の死因割合(平成28年)



参考：鈴鹿保健所「平成30年度鈴鹿保健所年報」

平成28年に亡くなられた521人のうち、約4人に1人ががんが原因で亡くなっています。

死亡の原因となるがんが多い部位は？

男性は、40歳以上は胃がん、大腸がん、肝臓がんの死亡が多く、70歳代以上では、肺がんと前立腺がんの割合が増加。

女性は、40歳代では乳がん、子宮がん、卵巣がんの死亡が多く、高齢になるほど、消化器系(胃・大腸・肝臓)のがんと肺がんの割合が増加。

- 1位 肺
- 2位 大腸
- 3位 すいぞう 膵臓
- 4位 胃
- 5位 肝臓

参考(順位のみ)：鈴鹿保健所「平成30年度鈴鹿保健所年報」

がんの症状ってどんなもの？

ほとんどのがんは、早い段階では自覚症状がありません。『なにか体調がおかしいな?』と思う頃には、かなりがんが進行している可能性があります。がんの早期発見のため、がん検診を受けましょう。

＊がんを防ぐための新12か条

第1条 たばこは吸わない



第2条 他人のたばこの煙をできるだけ避ける

第3条 お酒はほどほどに



第4条 バランスのとれた食生活を

第5条 塩辛い食品は控えめに



第6条 野菜や果物は不足にならないように

第7条 適度に運動



第8条 適切な体重維持



第9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療



第10条 定期的ながん検診を

第11条 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を

第12条 正しいがん情報でがんを知ることから

出典：(公財)がん研究振興財団「がんを防ぐための新12か条」



この「がんを防ぐための新12か条」の中でも、特に第10条が大切とされています。それは、がんが完全に防ぐことが難しく、いつでも誰でもなる可能性のある病気だからです。

市のがん検診がスタートします！

step 1 『がん検診』の対象かどうかを確認する

市で行うがん検診には、対象となる要件があります。

step 2 希望する『がん検診』の種類を選択する

がん検診は内容によって、対象者、負担金などが異なります。

step 3 受診する方法を決める

市のがん検診は、「個別検診」と「集団検診」の2種類の受け方があります。

step 4 申し込みをして『がん検診』を受ける

個別検診・・・実施医療機関へ直接お申し込みください。

集団検診・・・必要事項を記入の上、専用の「申込はがき」でお申し込みください。

step 5 『がん検診』の対象かどうかを確認する

結果を確認し、異常がなかった場合でも定期的な『がん検診』を受診してください。

「要精密検査」であった場合は、自覚症状に関係なく早めにより詳しい検査を受けてください。



検診にかかる費用は？

検診にもさまざまな種類があり、内容によって料金も異なります。

正しい知識を身につけて、必要に応じた検診を受けましょう。

市で行う『がん検診』について詳しい内容は…

広報かめやま5月1日号と一緒に配布している「健康づくりのてびき」には、がん検診の種類や受診方法、自己負担金などを詳しく掲載しています。

そのほかにも、脳ドック・一日人間ドック・健康診査についての情報、健康づくりに関する情報なども掲載しています。ぜひ、ご活用ください。

