



がん検診を受けましょう ～がんの早期発見・早期治療のために～

問健康政策課 本3階
TEL 0287(23)8747

一生のうちに、約2人に1人が何らかのがんにかかると言われており、身近な病気です。栃木県でも、死亡原因第1位はがんとなっています。がんによる死亡者数を減らすためには、がんにならないこと(1次予防)と早期発見・早期治療(2次予防)が大切です。



【1次予防】がんにならないこと

がんの予防

日本人のがん予防で注意することは、「禁煙」「節酒」「食生活」「身体活動」「適正体重」の5つの生活習慣と「感染」の合計6つです。生活習慣を改善するという、自分自身の努力で、がんになるリスクを減らすことが可能です。できそうなことから取り組み、1つでも多くの健康習慣を身につけていきましょう。

- 1 禁煙する
- 2 節酒する
- 3 食生活を見直す
- 4 身体活動を促す
- 5 適正体重を維持する
- 6 感染症の検査を受ける

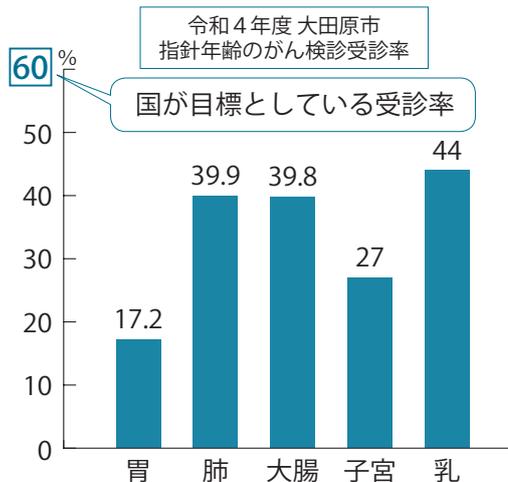
科学的根拠に根ざしたがん予防ガイドライン
「日本人のためのがん予防法(5+1)」

【2次予防】がんの早期発見・早期治療

がん検診を受けることが大切です

上記のような生活習慣などに気をつけていたとしても、必ずしもがんになることを防げるわけではありません。そこで重要なのが「がん検診」です。がん検診の目的は、がんを早期に発見し、適切な治療を行うことで、がんによる死亡率を減少させることです。

がんは死亡原因の第1位となっていますが、大田原市のがん検診受診率は、国の目標値である60%に達していない状況です。がんの早期発見、早期治療のために、がん検診を受けましょう。集団健診は12月まで行っています。がん検診をまだ受診していない方は、この機会に受診しましょう。



がん検診の結果が「要精密検査」の場合には

精密検査は必ず受けましょう。がん検診で精密検査が必要(要精密検査)と判定された場合、がんの疑いを含めて異常がありそうと判断されたということです。

「症状がない」「健康だから」といった理由で精密検査を受けないと、がんを放置してしまう可能性があります。

検診で見つかるがんの多くは治療可能な早期がんです。

必要以上に恐れることなく、まずは精密検査を受けることが大切です。

