

がん検診を受けよう！集中キャンペーン

定期健診の
機会を大切に
しよう！

がん検診

10月1日
10月31日
の営業日

日本人の死因第1位は「がん」です。

日本は、人口比における「がん」の死亡割合が世界でも突出して高く、その実態は世界一のがん大国といっても過言ではありません。しかし、欧米諸国の人に比べて日本人のがん検診受診率は低いのが現状です。

また日本対がん協会によるアンケート調査によると、今年はコロナ禍のなか、検診の中止や感染を心配して受診を控えている方が増加したためか、さらにはがん検診受診率の低下がみられます。

がん検診の目的は、**がんを早期発見し、早期に適切な治療を行うことでがんによる死亡率を減らす**ことです。受診が遅れると早期に見つかるはずだったがんが進行した状態で見つかる恐れがあります。

コロナ禍であっても、がんの早期発見の重要性は変わりありません。ぜひ定期健診などの機会に、がん検診を受診しましょう！

キャンペーン期間中の催し

がんとがん検診の情報展示コーナー

がんの基礎知識やがん検診の情報を展示しています。この機会に、がんに対する知識を深めませんか。

場 所 1階、2階 待合室



保健師による“がん検診相談”

問診にて、がん検診の相談をお受けしています。お気軽にお声掛けください。

期 間 10月1日～31日
の営業日

場 所 2階
問診コーナー



無料

乳がん自己触診法の紹介

無料

乳がんの約5割は自己触診をきっかけに発見されています（「乳がんに関する3万人女性の意識調査」より）。自己触診法と実際の乳がん（しこり）の感触を体験してみませんか。（対象を女性に限定させていただきます）

★乳房自己触診法の紹介 DVD の上映

★乳がん（しこり）モデル器の触診体験

※触診体験参加者に乳がん自己触診チェックシートを差し上げます。

期 間 10月5日～9日
・DVD上映時間 9:00～11:30
・乳がんしこり触診体験時間 9:45～10:45

場 所 3階
レディースフロア 待合室



管理栄養士監修 がん予防のための“健康定食”

体内の抗酸化力を高める食材が豊富！



場 所 1階レストラン
「おあしす」

乳がんは女性のがん罹患率1位！

女性のかかるがんの1位は乳がんです。年々増加傾向にあり、生涯のうちに乳がんにかかる女性は11人に1人とされています。年齢別では30歳後半から急増し、40歳後半と60歳前半でピークを迎える傾向にあります。ただ乳がんは、女性のがん罹患率1位ではありますが、死亡率は5位と他のがんと比べて低く、早期発見し適切な治療を受ければ、ほとんどの場合生命に影響を及ぼさずに済む病気ともいえます。ぜひこの機会に、乳がん検診を受けましょう！

代表的な7つのがんと当センターで受けられる検査



胃がん

- 減少傾向だががん死亡の第3位
- 患者数は最多

関連検査

- 胃部 X 線検査
- 胃内視鏡検査
- ペプシノゲン検査（血液検査）
- ヘリコバクター・ピロリ抗体検査（血液検査）

受診間隔

胃部 X 線の場合 40 歳以上で年に 1 回
胃内視鏡の場合 50 歳以上で 2 年に 1 回



肺がん

- がん死亡の第 1 位
- 進行すると急激に生存率が低下

関連検査

- 胸部 X 線
- 胸部 CT
- 喀痰細胞診
- シフラ（血液検査）
- pro-GRP（血液検査）

受診間隔

40 歳以上は胸部 X 線を年に 1 回



大腸がん

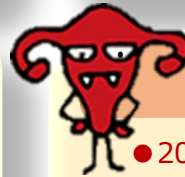
- 年々増加傾向
- 女性のがん死亡第 1 位

関連検査

- 便潜血検査
- CEA（血液検査）
- ※現在、当センターでは大腸内視鏡検査は実施していません。

受診間隔

40 歳以上は便潜血検査を年に 1 回



子宮頸部がん

- 20～30 代の若い女性に増加傾向
- HPV 感染が原因

関連検査

- 子宮頸部細胞診
- HPV（ヒトパピローウイルス）検査
- CA125（卵巣・子宮体部疾患に関連した血液検査）

受診間隔

20 歳以上は子宮頸部細胞診を 2 年に 1 回



乳がん

- 30～40 代の女性に増加傾向
- 早期であれば乳房を残すことも可能

関連検査

- マンモグラフィ
- 乳房超音波検査

受診間隔

30 歳以上は乳房超音波検査
40 歳以上はマンモグラフィを 2 年に 1 回

前立腺がん

- 中高年の男性に急増中
- 夜間の尿回数の増加、残尿感等があれば要検査

関連検査

- PSA(血液検査)

受診間隔

50 歳以上は PSA を年に 1 回

肝臓がん

- 中高年以降の男性に多い傾向
- 原因の 8 割以上が肝炎ウイルス

関連検査

- 腹部超音波検査
- B 型・C 型肝炎ウイルス検査（血液検査）
- αフェトプロテイン（血液検査）

受診間隔

肝炎ウイルス検査は過去に検査を受けたことがなければ、一度検査を

生活習慣からがんになるリスクを減らしましょう。

禁煙外来など専門家と共に取り組むことも成功への近道です。禁煙補助薬を使った禁煙プログラムなどもあります。ぜひ禁煙に取り組んでみましょう。吸わない人も他人のたばこの煙をできるだけ避けましょう。

毎日飲む人は以下のいずれかの量までにとどめましょう。

- ・日本酒…1 合
- ・ビール大瓶（633ml）…1 本
- ・焼酎・泡盛…原液で 1 合の 2/3
- ・ウイスキー・ブランデー…ダブル 1 杯
- ・ワイン…ボトル 1/3 程度



ウイルス感染に由来する肝臓・胃・子宮頸部がんを予防するため、肝炎ウイルス検査・ピロリ菌検査・HPV 検査を一度は受けてみましょう。

減塩（目安＝男性 8g・女性 7g/日）・野菜と果物の摂取（野菜は小鉢 5 皿、果物は 1 皿で計 400g がとれます）・熱いものは少し冷ますようにする

男性は BMI 値 21 ～ 27
女性は BMI 値 21 ～ 25
BMI 値＝体重(kg)/身長(m)² 理想値：22