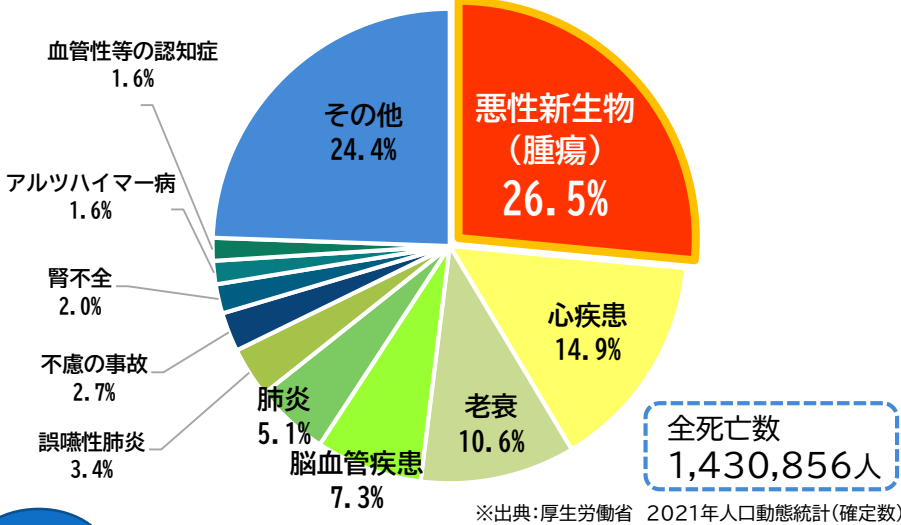


9月は「がん征圧月間」

日本人は生涯におよそ**2人に1人**ががんにかかり、およそ**4人に1人**ががんで亡くなっています。自分だけでなく、家族の安心のため、また大事な人材を失わないためにも、がん検診を受診しましょう。

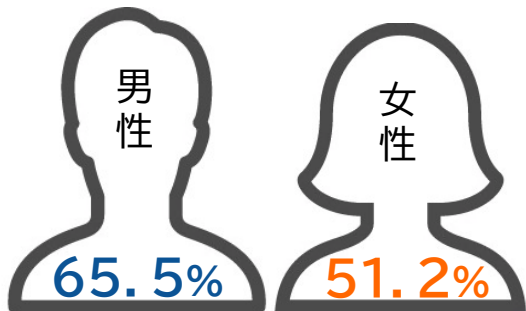
01 がんて亡くなる人は4人に1人

主な死因の構成割合（2021年）



02 がんにかかる人は2人に1人

国立がん研究センター最新がん統計(2019年データに基づく)によると、一生のうちがんと診断される確率は…



早期発見には、定期的な「がん検診」を受けましょう。



03 5大がんとは？

胃がん

肺がん

大腸がん

乳がん

子宮頸がん

科学的根拠に基づくがん検診

対象臓器	検診方法	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	2年に1回
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	問診、胸部エックス線検査(肺がん検診として、検診車による胸部エックス線写真撮影)。さらに、50歳以上の胸部エックス線検査受診者のうち、喫煙指数600以上かつ3日間連続してたんが出る人は、自宅で3日分のたんを採って調べる喀痰細胞診検査が必要。	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



これまでの研究によって、5大がんは特定の方法で検診を受けることで、早期発見でき、さらに治療により死亡率が低下することが、科学的に証明されています。

市町村では、がん検診を実施しています。**お勤めの方もお住まいの市町村が実施するがん検診を受けられます。**

詳しくは、お住まいの市町村へお問い合わせください。

04 がんを防ぐための新12か条

※出典：国立がん研究センター がん予防・検診研究センター

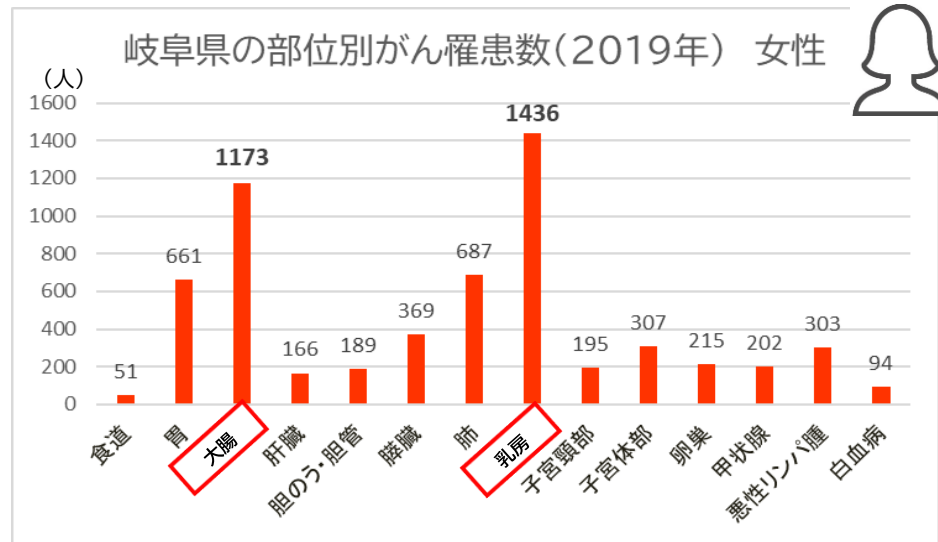
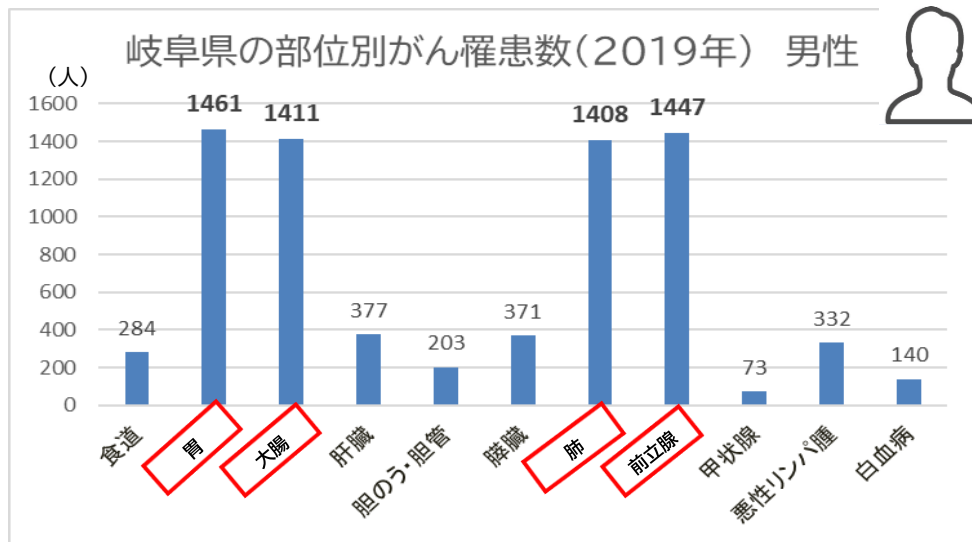
がん予防では、がんになるリスクを低く抑えることが目標になります。禁煙をはじめとした生活習慣改善が、個人として最も実行する価値のあるがん予防です。科学的根拠に基づいたがん予防法は以下のとおりです。

- 01 たばこは吸わない
- 02 他人のたばこの煙を避ける
- 03 お酒はほどほどに
- 04 バランスのとれた食生活を
- 05 塩辛い食品は控えめに
- 06 野菜や果物は不足にならないように
- 07 適度に運動
- 08 適切な体重維持
- 09 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 10 定期的ながん検診を
- 11 身体の異常に気が付いたら、すぐに受診を
- 12 正しいがん情報でがんを知ることから

05 診断されるがんの部位の男女別の特徴

※出典:厚生労働省「全国がん登録 罹患数・率 報告2019」

厚生労働省と国立がん研究センターにより2022年5月に公表された「2019年の全国がん登録」によると、全国で新たにがんと診断された罹患数は99万9,075人、岐阜県では1万6,045人。男女別にどの部位のがんと診断された人が多いのか見てみましょう。



毎年10月は厚生労働省が定める、【がん検診受診率向上達成に向けた集中キャンペーン月間】です。
「がん検診 愛する家族への贈り物」をキャッチフレーズに、みなさんも職場の仲間と声をかけ合い、がん検診を受けましょう。

令和5年度

ぎふ企業健康リーダー研修会 申込受付中！！

受付期間: ~9/22

健康経営の取組みを効果的に進めるための方法を学び、継続的な実践を支援するため、今年度は下記のとおり研修会を現地開催します。講義や企業同士・行政との情報交換を通して、すでに健康経営を実践されている企業も、これから取り組む企業も、健康経営について一緒に考えてみませんか？

- ▶ 『企業価値を高める健康経営 ～従業員の健康は企業の健康！～』
 講師: 新井 卓二 氏 (ビューティー&ウエルネス専門職大学専任教授 学術博士、MBA)
- ▶ その他、企業間でのグループワーク等

【東濃圏域】

10月27日(金) 14~16時 定員:60名
 会場: 東濃西部総合庁舎(岐阜県多治見市上野5-68-1)

【岐阜・西濃圏域】

11月10日(金) 14~16時 定員:90名
 会場: シンクタンク庁舎(岐阜県岐阜市藪田南5-14-12)



お申し込みはこちらから

