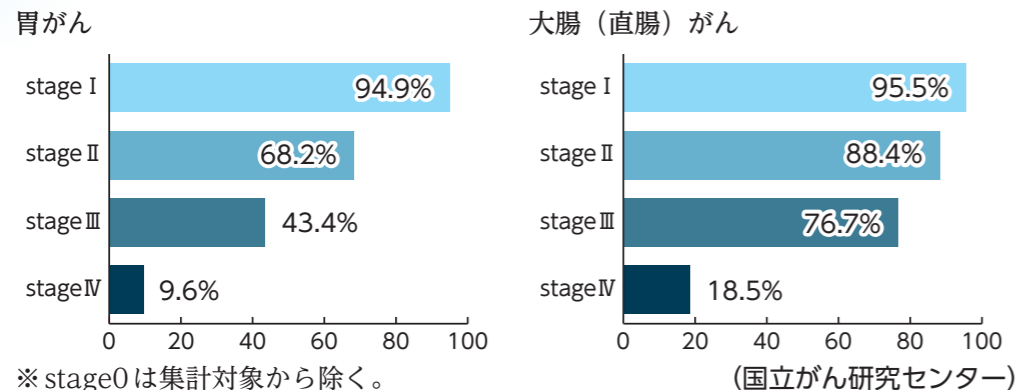


## 早期発見で治る確率が高くなる

がんの進行程度を示す数値を「stage、(ステージ)」と言って、0からⅣの5段階で分類されて、数字が大きいほど、がんが進行していることになるんだ。

胃がんや大腸がんは、初期の stage I で発見された時の5年相対生存率\*が100%に近くて、がんから命を守るためには、早期発見・早期治療が極めて大切なことが分かるよ。

【がんの5年相対生存率】(2008年から2009年生存率集計の主な結果)



※がんと診断された人のうち5年後に生存している人の割合。100%に近いほど、治療で命を救える状態であることを意味します。



日ごろから予防を心がけることと、定期的な検診で、がんから大切な命を守ろう



## がん検診は定期的に

がんは、初期の段階ではほとんど自覚症状がないんだ。だから、早期発見のためには、定期的に検診を受ける必要があるんだよ。

国は、科学的根拠に基づいて、早期発見に効果がある検診を推奨しているよ。詳しくは、厚生労働省ホームページを見てね。



## 市が実施するがん検診など

検診種類	料金			検査内容	対象
	社会保険など加入者	国民健康保険、後期高齢者医療制度加入者	生活保護世帯		
胃がん	500円	無料	無料	胃部エックス線検査	40歳以上の方
肺がん	100円			胸部エックス線検査	
大腸がん	300円			便潜血検査	
前立腺がん	500円			血液検査	50歳以上の男性
子宮頸がん	500円			内診、細胞診	20歳以上の女性
乳がん	500円			マンモグラフィ検査	30歳以上の女性
ピロリ菌検査	1,000円	1,000円		血液または尿検査	40歳以上の方

予約方法 受診日の3週間前までに、電話またはインターネットで

予約・問合先 市健康づくり推進課(4西3 であえーる岩見沢3階) ☎ 25局 5540

岩見沢市 検診 インターネット受付



詳しい日程などは、広報いわみざわ5月号折り込みの健診ガイドブックまたは市ホームページをご覧ください



インターネット予約だと、24時間いつでも申し込みできるんだ



毎年9月は「がん征圧月間」と定められ、全国でがんの正しい予防知識や早期発見、早期治療の重要性などを広く伝えるための活動が行われます。これに合わせ、今月は健康づくり普及員のイワくんが、がんのことを分かりやすく、皆さんにお伝えします。

問合先 市健康づくり推進課(4西3 であえーる岩見沢3階) ☎ 25局 5540

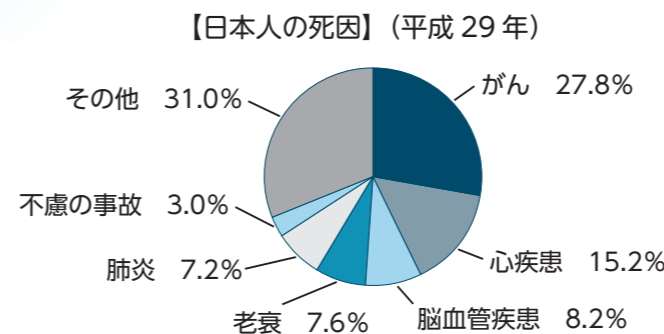


# がんから大切な命を守る

## 日本人の死因第1位は「がん」

がんは、自覚症状が表れてからだと治療が難しくなることが多くて、日本人の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなると言われているんだよ。

日ごろの生活習慣や生活環境を見直すことで予防ができて、医療も進歩しているから、がんの早期発見、早期治療も可能になってきているんだ。



## リスクを高める要因

日本人のがんは、受動喫煙を含む喫煙や感染、飲酒などがリスクを高める大きな要因なんだ。

日ごろの生活習慣が関係していることも多くて、健康的な生活習慣を取り入れることで、自分自身や大切な家族が、がんになる確率を低くすることができるんだよ。



## がんを防ぐ

がんを防ぐために心がけてほしいことを紹介するよ。特別なことはなくて、今からすぐに始められるものばかり。ぜひ取り組んでみてね。

それと、胃がんの原因の多くは、ピロリ菌の感染によるものと言われてきているんだ。だから、ピロリ菌の検査と除菌治療が、胃がんの予防につながるんだよ。



## がんを防ぐための12カ条

- ▶ たばこは吸わない
- ▶ 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- ▶ お酒はほどほどに
- ▶ バランスのとれた食生活を
- ▶ 塩辛い食品は控えめに
- ▶ 野菜や果物は不足にならないように
- ▶ 適度に運動
- ▶ 適切な体重維持
- ▶ ウイルスや細菌の感染予防と治療
- ▶ 定期的ながん検診を
- ▶ 身体の異常に気付いたら、すぐに受診を
- ▶ 正しいがん情報でがんを知ることから  
(公財)がん研究振興財団