

自分のために 家族のために がん検診を受けましょう

○ 死亡原因の第1位は「がん」です

市では、死亡原因の第1位が「がん(悪性新生物)」、第2位が「心疾患(高血圧性を除く)」、第3位が「脳血管疾患」となっており、がんによる死亡率は、死亡者全体の約3割を占めています(右下図参照)。また、死亡原因の全国的な推移を見ると、がんは昭和56年以降、継続して死亡原因の第1位となっています。

がんによる死亡率は、男女ともに60歳以降から増加する傾向にあり、65歳以上人口が増加傾向にある現状を踏まえると、がんにかかる方やその割合はさらに増加することが予測されます。

○ がん予防について

がんの予防には、がんにかかることを防ぐ「1次予防」と、がんによる死亡を減らす「2次予防」があります。

「1次予防」としては、食生活の改善や禁煙、運動などの取り組みがあげられます。がんの発生は生活習慣と深い関わりがあるといわれ、食生活でいえば栄養バランスのよい食事をとることが予防の基本になります。そして、禁煙は肺がん以外のがんの予防にもなるといわれています(たばこは肺がんをはじめ、食道がん、すい臓がん、胃がん、大腸がんなど、多くのがんに関連するといわれています)。

「2次予防」としては、がんを早期に発見し治療につなげることで、がんによる死亡を防ぐ「がん検診」があげられます。

○ 市のがん検診について

「2次予防」として、市では国が推奨している胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がんの検診を実施しています(右表参照)。

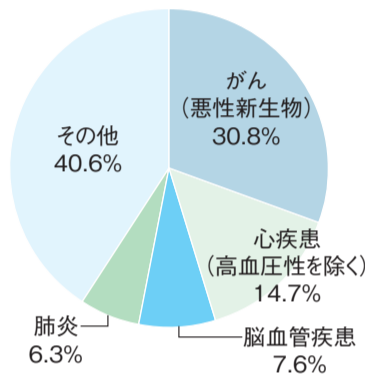
がんは無症状のうちに早期発見し、治療することが大切です。症状がある場合は、がんが進行している可能性が高いので、症状が出る前に受診し、がんを早期発見することで、がんによる死亡のリスクを減らすことができます。

がん検診は「症状がなく、今は元気な人」が受診してこそ、早期発見につながり、治療につながります。そして、がんは初期の段階で発見すれば、身体に負担の少ない治療を受けることができ、完治の可能性も高くなります。

最後に、がん検診は症状のない方のための検査です。明らかな症状がある場合は、その症状に応じた適切な検査や治療が必要になります。症状がある場合は、必ず医療機関を受診しましょう。

【引用資料】・東京都福祉保健局:「人口動態統計 平成29年」
・厚生労働省:「平成30年 我が国の人口動態」、がん検診(同省ホームページ)
・国立がん研究センターがん対策情報センター:「科学的根拠に基づくがん予防 がんになるリスクを減らすために」、最新がん統計(同センター情報サービスホームページ)
・内閣府:「平成30年版高齢社会白書」(概要版)

市における死亡原因の内訳(平成29年)



皆さんは、がん検診を受けたことがありますか。国民の2人に1人が「がん」にかかり、3人に1人が「がん」で亡くなっていますが、がん検診を受けることで、「がん」で亡くなるリスクは減らすことができます。市では、国の方針に基づき、5つのがん検診を実施しています。この機会に、自分のため、そして家族のためにがん検診を受けてみませんか。今号では、がんの予防方法やがん検診などについてお知らせします。詳しくは健康課特定健診係 ☎477・0013へ。

市実施がん検診一覧表

種類	対象	実施時期	受診方法	検診場所	費用
胃がん検診	2年3月31日時点で40歳以上の方	春6月・7月(今年度は終了しました) 秋11月・12月	広報9月1日号に掲載します	わくわく健康プラザ	500円
肺がん検診		5月(今年度は終了しました)	直接医療機関へ	市内実施医療機関	喀痰なし 1,500円 喀痰あり 2,000円
大腸がん検診※★	6月～10月		500円		
子宮頸がん検診	元年12月31日時点で20歳以上かつ奇数年齢の女性	9月～2年1月	広報9月1日号に掲載します	指定医療機関等	1,000円
乳がん検診★	元年12月31日時点で40歳以上かつ奇数年齢の女性	10月～2年2月	今号の8面をご覧ください		

※特定健診、後期高齢者健診、無保険者健診の対象者は、特定健診などと同時に受けてください。
★大腸がん検診、乳がん検診については今号の8面にも掲載しています。

がん検診の受診は健康増進・サポート事業「東久留米市国保QUP Plus」のポイント対象です

「東久留米市国保QUP Plus」をご利用の方は、がん検診の受診でポイントがつきます。貯まったポイントが健康関連商品などと交換できますので、がん検診を受診してポイントを貯めましょう。また「東久留米市国保QUP Plus」をご利用の方は、ご利用方法については、市ホームページ内の「健康増進・サポート事業」のページ(https://www.city.higashikurume.lg.jp/kuras-hi/zei/kohaku/1006426.html)をご覧ください。



健康増進・サポート事業「東久留米市国保QUP Plus」のQRコードからご覧ください。登録の際には、「被保険者証」と「メールアドレス」が必要です。詳しくは国民健康保険についてが保険年金課 ☎470・7733、特定健康診査についてが健康課 ☎477・0013へ。

第40回 市民みんなのまつり 商工祭・農業祭の出演者を募集します

「市民みんなのまつり」の市役所ステージまたは東久留米駅西口路上ステージで、吹奏楽、合唱、ダンスなどのパフォーマンスを行う出演者を募集します。思い出に残る市民まつりを皆さんの手でつくりましょう。

【申込方法】土曜・日曜日を除く8月19日(月)～9月6日(金)の午前8時半～正午、午後1時～5時に、申込用紙に企画内容などを記入の上、

【申込方法】土曜・日曜日を除く8月19日(月)～9月6日(金)の午前8時半～正午、午後1時～5時に、申込用紙に企画内容などを記入の上、

「東久留米市デマンド型交通」運行車両の愛称を募集します

今年度中の実験運行開始を予定している「東久留米市デマンド型交通」が、市民の生活の足として、子どもからお年寄りまで幅広く親しまれるよう、愛称を募集します。どなたでも応募できますので、奮ってご応募ください。
【募集期間】8月1日(木)～15日(木)
【作品の条件】自作、未発表で、著作権・商標権を侵害しないもの
【応募方法】愛称、愛称についての簡単な説明、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、職業、年齢を応募用紙に記入の

【結果発表】広報10月15日号と市ホームページに掲載します。また、作品が採用された方には別途お知らせいたします。※採用された作品の著作権およびその他一切の権利は、市に帰属します。詳しくは同課 ☎470・7768へ。

《今号の主な内容》

- 児童扶養手当特別児童扶養手当の申請はお済みですか 2面
- 西部地域センターで改修工事を行います 4面
- 消防署からのお知らせ「熱中症に注意」 5面
- 大腸がん検診、乳がん検診のお知らせ 8面