

がんのお話し

宮崎県健康づくり協会 常務理事 湯田 敏行

日本人の2人に1人はがんになり、3人に1人はがんで亡くなります。日本人の死因の中でがんは昭和56年以来ずっと一位を占め、令和2年には37.8万人(全死亡の27.6%) (宮崎県では3,564人)が、がんで亡くなりました。今回はその中で死亡者数が最も多い肺がんと、第二位の大腸がん、女性で増え続けている乳がんについてお話しします。

①肺がん:平成10年からがん死亡の第一位で、令和2年には7.56万人が死亡。最も重要な危険因子は喫煙です。胸部写真で1cm以下の肺がんを見つけることはかなり難しく、早期の肺がん発見に威力を発揮するのはCT検診です。当協会では平成16年から検診車で県内21市町村を巡回し、年間1.5万人ほどの低線量CT検診を行っています(日本でもトップクラス)。現在までに約400人の肺がんを発見し、その7割以上は早期のがんでした。

②大腸がん:罹患数は増加の一途をたどり、令和2年の死亡者は5.18万、女性の死亡原因の第一位をしめます。毎年の便潜血検査と、3~5年に1回は大腸の内視鏡検査を受けましょう。

③乳がん:罹患数は増え続け、年間約10万人、一生のうち9人に1人が乳がんになるといわれています。令和2年の死亡者は1.47万人、検診で2cm以下で発見されればほぼ助かります。それだけに検診の価値が大きいです。

がんは早期に発見することで、体に負担の少ない治療とともに、助かる確率が上がります。がんの早期発見にはがん検診が欠かせませんが、検診受診率は国が目指す50%以上に達しているのは男性の肺がん検診のみです。「どうしてがん検診を受けないのですか?」の質問に「見つかる怖いから」というのがありますが、「検診を受けないことこそが怖い」のです!ぜひ、自分のために、また大切な家族のためにもがん検診を受けましょう。



第21回

健康づくり協会セミナー 開催

令和5年3月8日(水)

宮崎県総合保健センター
5階大研修室

・詳細につきましては、近日中に
ホームページで確認ください。



Karada Good Miyazaki フェスタ2022の様子

令和4年11月13日(日)

・JAアズムホール
… 健康と食のイベント

・宮崎県総合保健センター
特定健診・がん検診等実施

講演:岡田 隆氏



複十字ガチャ

人間ドック
じゃんけん大会サンテQ
A クイズ

何かをすることに追われる
モードのことを何というでしょうか

- A することモード B お仕事モード
C 集中モード D お疲れモード

応募方法

サンテクイズに正解した方の中から抽選で3名の方にクオカード1,000円分をプレゼントします。必要事項をご記入の上、宮崎県健康づくり協会HPのサンテクイズ応募フォーム、または、ハガキにてご応募ください。いただいた個人情報は、プレゼント発送のみに使用させていただきます。

前回のサンテクイズの答え [C.レム睡眠](#) でした!

< 必要事項 >

- ① サンテクイズの答え
- ② 年齢
- ③ お名前
- ④ 郵便番号、住所
- ⑤ サンテの感想、ご意見など

応募締切 令和5年3月24日(金) 当日消印有効

当選者の発表は、プレゼント発送をもって代えさせていただきます。クイズの答えは次号で発表します。



応募フォームはコチラ▲

応募先

〒880-0032 宮崎市霧島1-1-2
宮崎県健康づくり協会「サンテ宮崎」係