



健康が一番にや

健康増進だより

◎日高町役場健康増進課
TEL 01456-2-6571
◎日高総合支所地域住民課
TEL 01457-6-3173

「二人にひとり」は『がん』になる

男性では65・5%、女性では50・2%の人が一生のうち一度はがんになると言われています。

中でも男性では前立腺がん・胃がん・大腸がん・肺がんの順になる人が多く、100人いれば、10人ずつはそれぞれのがんになります。女性では100人中、乳がんが約10人、大腸がんが約8人、胃がんと肺がんがそれぞれ5人となっています。

「がんは治る時代に」

がんになると死亡するというイメージはありませんか。「がんになったら助からない」、だから本人への告知はしない。ということが多かったと思います。しかし、現在は検診の精度があがり早期に発見できるようになったことや医療技術が進歩したこと、がんは助からない病気ではなくなってきました。

がんによって死亡する人の割合は男性では23・9%（4人に1人）、女性では15・1%（7人に1人）

とがんになる人とがんで死亡する人には大きな開きがあります。

「がんを予防する5つの生活習慣」

二人にひとりとはがんになる時代ですが、出来るならがんにはなりたくないと思います。

普段から生活習慣に気をつけて生活している人は、そうでない人に比べ、将来がんになるリスクがほぼ半分になると言われています。

がんになりにくい生活習慣とは「禁煙」「節酒」「食生活」「身体活動」「適正体重の維持」の5つです。



「感染に注意」

生活習慣ではありませんが、感染に気をつけることもがん予防に大切な事です。

日本人が、がんになる原因の約20%は「感染」によるものです。

女性ががんになる原因の第1位、男性では喫煙に続き第2位となっています。

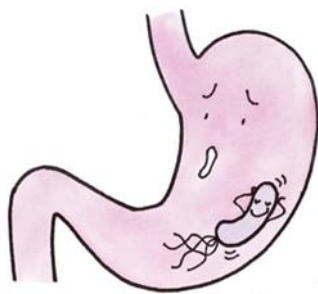
中でも胃がんの99%はピロリ菌が原因だと言われています。

ピロリ菌は繰り返し胃炎を発症することで胃がんのリスクを高めます。

ピロリ菌は日本人の約50%が感染していると言われています。上下水道の発達した現代では新たに感染する大人はほとんどいません。

しかし、免疫力の弱い子どもは親や祖父母からの口移しや箸・ストローの使い回しにより感染することがあります。大人からの感染を防ぐことが大切です。

ピロリ菌を除菌することで胃がんのリスクを減らすことが出来ます。日高町では胃がん検診と同時にピロリ菌検査も受けることが出来ます。



肝臓がんの原因の約7割はC型肝炎ウイルス、約2割はB型肝炎ウイルスの感染によるものだと言われています。

C型肝炎は血液により感染します。一般的には注射器の使い回しやカミソリの共有などで感染しますが、日本では血液製剤により感染した人が多くいます。

B型肝炎は血液感染のほか、性交などの体液でも感染します。血液のがんと呼ばれる白血病も

HTLV-1（ヒトT細胞白血病ウイルス）と呼ばれるウイルスに感染することで発症することがわかってきました。ほとんどの人は発症しませんが感染者のうち5%程度の人から白血球を発生します。

感染経路は母乳による母親からの感染のほか、性交や輸血によって感染します。

「早期発見・早期治療を」

いくらがんにならないように気をつけていても100%がんを予防することは出来ません。

一番大切な事はがんを早期に見し、早く治療することです。最低でも年に1回、がん検診を受けましょう。

日高町では毎年11月に集団検診としてがん検診を行っています。ピロリ菌検査やB型肝炎ウイルス、C型肝炎ウイルス検査も行っていますのでご都合に合わせて受診ください。

- 11月14日（土） 門別公民館
- 11月15日（日） 富川公会堂
- 11月16日（月） 富川公会堂
- 11月17日（火） 厚賀会館
- 11月18日（水） こもれびホール

いつ受ける？
声かけしよう
がん検診

2020年度がん征圧スローガン

乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の動向をふまえて、安心して検診を受けられるように、感染及びその拡大の防止に努めながら実施いたしますが、感染状況によっては、変更等もございますので、その場合ホームページ等によりお知らせいたします。

皆様の、ご理解、ご協力をお願いいたします。

- 対象者** **乳がん検診** → 40歳以上の女性（昨年度町の検診を受診していない方）
子宮頸がん検診 → 20歳以上の女性（昨年度町の検診を受診していない方）
大腸がん検診 → 40歳以上の男性・女性

*定員に余裕がある場合は、対象にならない方のお申し込みを受け付けますが、検診料金は全額自己負担となります。金額については、役場健康増進課へお問い合わせください。

日程

10月10日（土）門別公民館

	受付時間	定員
午前	① 8:45～9:00	乳がん検診 定員 50名
	② 10:00～10:15	子宮頸がん 定員 130名
午後	③ 12:30～12:45	乳がん検診 定員 40名
	④ 13:30～13:45	子宮頸がん 定員 100名

日高地区の方へ・・・

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点により、令和2年度については、無料送迎は中止いたします。

申込期間は、8月20日（木）～9月18日（金）です。ただし定員になり次第締め切ります。

検診の種類及び料金等

検査項目	料 金	内 容
乳がん検診 *令和3年3月31日を年齢基準日とします。	(40～49歳) 2,100円 (50歳以上) 1,800円	乳房のエックス線撮影検査をします。 40～49歳は2方向、50歳以上は1方向のエックス線撮影をします。
子宮頸がん検診	(20歳以上) 1,800円	子宮の入口（頸部）細胞をとって調べます。 問診や医師の診察結果、必要のある方に対して子宮体部の細胞をとって調べます。（子宮体部がん検診料800円）
大腸がん検診	(40歳以上) 800円	2日分の便をとり、潜血反応がないか調べます。 代理の方の提出でも可能です。

※次に該当される方は、無料で受診出来ます。

- ①生活保護世帯の方、町民税非課税世帯の方（印鑑をご持参の上、健康増進課、厚賀出張所、水・くらしサービスセンター、日高総合支所地域住民課へお越しください。）
- ②24歳子宮頸がん無料受診券（子宮頸がんのみ）、40歳無料受診券をお持ちの方

オプション検査（原則、有料）

検査項目	料 金	内 容
乳房超音波検査 (定員18名)	(40歳以上) 5,360円	乳房の上から、超音波の機械を当てる検査です。乳がん検診とセットの受診をお勧めしています。39歳以下の希望者はご相談ください。また、乳房超音波検査のみ受けたい方は、3月の札幌がん検診センターに申し込みください。
婦人科超音波検査	(20歳以上) 1,050円	膣の中から、超音波の機械を当てる検査です。細胞診では調べられない、卵巣の腫れや子宮内を調べます。

※40歳無料受診券をお持ちの方は、無料で受診出来ます。

その他

【今後の検診日程】

- 11月17日（火）厚賀会館（乳がん検診のみ、特定健診・がん検診と同時開催）
 3月4日（木）札幌がん検診センター

お問い合わせ先

- 日高町役場 健康増進課 健康増進グループ 電話 (01456) 2-6571
 日高総合支所 地域住民課 健康・介護グループ 電話 (01457) 6-3173