

知っておきたい、 「がん」のこと

2人に1人

これは、日本人が一生のうちにがんと診断される確率です。9月は『がん征圧月間』。誰でもかかり得る、身近な病気であるがんについて、正しく知り、考えてみませんか。

問合せ 健康づくり推進課 ☎21-33300



がんの現状

がんは、1981年から日本人の死因の第1位となっています。がんで亡くなる方は年間約38万人（2024年）。これは日本人の死因の24%を占めます。

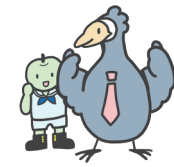
■男女別 がんの罹患数と死亡数の順位

男 性	罹患数	死亡数	女 性	罹患数	死亡数
1位	前立腺がん	肺がん	1位	乳がん	大腸がん
2位	大腸がん	大腸がん	2位	大腸がん	肺がん
3位	肺がん	胃がん	3位	肺がん	膵臓がん

出典：国立がん研究センター がん統計（罹患数は2023年、死亡数は2024年のデータ）

がんを防ぐために

生活習慣を整えることや、がんの原因となるウイルスへの感染を予防することで、リスクを減らすことができます。



がんを防ぐ5つの生活習慣

下記の生活習慣を実践すると、男性は43%、女性は37%、がんのリスクが低下するとされています。

たばこ

- 吸わない
- 受動喫煙を避ける

喫煙者は
がんのリスク
1.5倍

現在分かっているがんの要因のうち、男性は最も多く、女性も2番目に多いのが喫煙です。

お酒

- 節度ある飲酒を

ビールの目安は
1日1本
(500ml)

がんのリスクを下げるには、飲まないことがベスト。女性は男性よりも飲酒の影響を受けやすいため、特に注意が必要です。

食生活

- 減塩する
- 野菜と果物をとる
- 熱いものは冷ましてから

身体活動

- 日常生活で体を動かす

体重

- 太りすぎ・やせすぎに注意

がん検診、受けていますか？

自覚症状がない人ほど大切ながん検診。症状が出たときには、すでにがんが進行していることがあります。初期のうちに発見・治療するために、元気な方こそ検診を受けましょう。



市では、右記のがん検診を実施しています。

- 肺がん検診
- 胃がん検診
- 大腸がん検診
- 乳がん検診
- 子宮頸がん検診

対象や費用など詳しくはこちら▶



申し込みはこちらから▶
*電話（☎85-8200）でも申し込みできます。



Interview

日立総合病院 副院長

伊藤 吾子 先生

おおたしろクリニック 副院長

太田代 紀子 先生

女性の罹患率第1位の「乳がん」。

がんの予防や検診の大切さ、市の乳がん検診の特徴について、乳がん検診の精密検査を実施している病院の先生方にお話を伺いました。



伊藤 乳がんは女性がかかるがんの中で最も多く、日本人女性の9人に1人が一生のうちには罹患するとされています。とても多くて驚かれるかもしれませんが、ステージⅠの5年生存率は99%。定期的な検診を受けて早期に発見し、治療をすることが大切です。

― 精度の高い日立市の乳がん検診 ―

太田代 がんの早期発見には、検診が効果的です。国は、40歳以上の方が2年に一度以上マンモグラフィ検査を受けることを推奨しています。

伊藤 実は、日立市の乳がん検診は、国の指標を大幅に上回るほど精度が高いのです。日立市では、住民検診としての乳がん検診を行う施設を1か所に限定しています。そのため、過去の画像などと比較することができ、より正確な診断を行うことができます。

太田代 がんは女性がかかるがんの中で最も多く、日本人女性の9人に1人が一生のうちには罹患するとされています。とても多くて驚かれるかもしれませんが、ステージⅠの5年生存率は99%。定期的な検診を受けて早期に発見し、治療をすることが大切です。

伊藤 2つの検査にはそれぞれの強みと弱みがあります。併用することでそれらを補い合い、発見率を上げることができます。がんではない方を「要精密検査」とすること、検診を受けることができません。人間ドックなど、個人検診を受ける方も併用することをおすすめします。



太田代 過去の検診結果と比較できること、2種類の検査を、効果的に受けられること。これが日立市の乳がん検診の精度が高い理由です。

伊藤 検診で「要精密検査」の結果が出ても、検査を受けるに來ない方もいらっしゃいます。が、それではせっかく検診を受けた意味がありません。必ず検査を受けに來てください。

太田代 乳がんはとて身近な病気です。「自分は大丈夫」と思っで検診を受けなかった方や、症状があっても受診しなかった方が、がんが進行してから発見されることがあります。

伊藤 「乳がんと診断されても過度に怖がらないで」ということをお伝えしたいです。治療をしながらでも、できるだけそれまでの生活や仕事ができるように、また、治療後に元の生活に戻るようにはサポートする体制もいろいろあります。不安になり過ぎず、まずは定期的に検診や人間ドックを受け、必要な場合は病院を受診してください。

がん治療を受けている方へ

市では、治療中の方の日常生活や社会参加を応援するため、福祉用具やウィッグなどの購入・レンタル費用を助成しています。

詳しくはこちら▶

