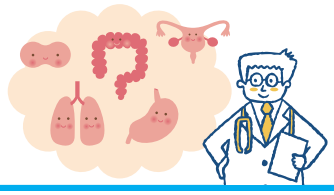
きらりinfo

No.79
2025

がん早期発見のため
がん検診を受けましょう



国内の死因で最も多い「がん」は、全死亡数の24.3%を占めており、およそ4人に1人が亡くなっています。国は、「胃がん検診」「大腸がん検診」「肺がん検診」「乳がん検診」「子宮頸がん検診」の5つの検診を推奨しており、これらの検診を受けることで早期にがんを発見でき、さらに治療することで死亡率を低下させることが科学的に証明されています。がんの予防には日々の生活習慣も大切です。食事・運動・禁煙など適切な生活習慣を心掛け、定期的にがん検診を受けましょう。

がん死亡数の順位

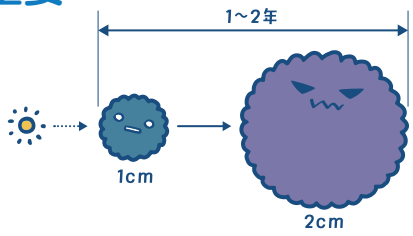
	1位	2位	3位	4位	5位	備考
男性	肺	大腸	胃	膵臓	肝臓	大腸を結腸と直腸に分けた場合、結腸4位、直腸7位
女性	大腸	肺	膵臓	乳房	胃	大腸を結腸と直腸に分けた場合、結腸3位、直腸10位

人口動態統計がん死亡データ(2023年のデータに基づく)

早期発見には「がん検診」が重要

「早期」とは、がん細胞が1～2cm程度の期間を言いますが、この段階ではほとんどの場合、自覚症状がありません。気づかないうちにどんどん大きくなり、症状が出るころにはかなり進行しているケースも少なくありません。

がん細胞は短い期間で大きくなってしまいます。例えば、1cmが2cmの大きさになるのにかかる期間は、わずか2年です。検診を受けないと、早期の段階を逃してしまう可能性がありますので、対象年齢になったら、定期的に検診を受けるようにしてください。



参考:「がん検診のススメ(旧版)」(がん対策推進 企業アクション)

当健保組合では各種がん検診の費用補助をしています

当健保組合の各種がん検診の費用補助

胃がん検診 胃部X線検査・胃カメラ	40歳以上の被保険者および被扶養者	1回/年
大腸がん検診 便潜血反応検査(2日法) 【注】大腸内視鏡検査は対象外	40歳以上の被保険者および被扶養者	
子宮頸がん検診 子宮頸部細胞診 【注】子宮体部細胞診は対象外	20歳以上の女性被保険者および被扶養者	
乳がん検診 視触診・乳房超音波検査(乳腺エコー)・マンモグラフィー	30歳以上の女性被保険者および被扶養者	

※被保険者のがん検診(胃・大腸がん検診)は、一部事業所で集団検診を実施します。実施されない事業所の方はお住まいの市町村が実施するがん検診か最寄りの医療機関で受診してください。

自宅でできる郵送式がん検診もあります

大腸がん検診 自分で採取した便を検査機関に郵送して行う	小規模事業所・40歳以上の被保険者	1回/年
前立腺がん検診 自分で採取した血液を検査機関に郵送して行う	50歳以上の男性被保険者	
胃がんリスク(ピロリ菌)検診 自分で採取した血液を検査機関に郵送して行う	30歳以上の被保険者および被扶養者(過年度実施時の陰性者は除く)	1回/3年

▶詳細につきましては、当健保組合のホームページをご覧ください。

目のセルフケアで近視の進行を防ごう

日本人に多い近視。近視は大人になれば進行することはないと思われがちですが、そうではありません。近視が進み強度近視になると、緑内障をはじめとする失明につながる病気を引き起こしやすくなることが分かっています。また、緑内障は高齢者だけではなく、若いうちに発症するケースもあります。近視だけが原因で失明することはありませんが、近視のリスクを知り、進行を防ぐ生活習慣を心掛けましょう。

詳しくはWEBで▼