

ひと ~大切な女性に勧めたい~ がん検診のススメ

日本人の死因第1位の病気である「がん」。生涯で2人に1人はがんに罹患する時代です。しかし、滝川市のがん検診受診率は国や北海道に比べ、高くありません。大切な人のためにがん検診を受診しましょう。家族から母へ、母から娘へ、大切な女性にがん検診を勧めましょう。今回の特集が家族で「がん」について話し合うきっかけになることを願います。

女性のがん罹患数は「乳がん」が1位、「子宮がん」が5位

男女ともに、死因第1位の病気である「がん」。

男女別に見ていくと、女性では「乳がん」が最も多く、9人に1人が罹患するとされています。「子宮がん」は第5位と、こちらも女性にとつて罹患する確率が高いがんです。患者数は、子宮頸がんは20代後半から増加し、乳がんは30代から急増します。

北海道がん罹患率 (人口10万人対) ※部位別 2020年	
男性	女性
肺 171.1	1位 乳 153.5
大腸 161.5	2位 大腸 126.3
前立腺 146.2	3位 肺 84.9
胃 129.4	4位 胃 54.8
膵臓 47.3	5位 子宮 47.5

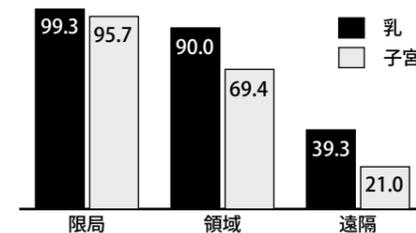
出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」(全国がん登録)

早期発見が早期治療のカギ
定期検診でがんを見逃さない

乳がん、子宮がんともに罹患率が高いがんですが、早期発見、早期治療で治りやすいがんでもあります。乳房や子宮の摘出のイメージが強いかもかもしれませんが、早期発見の場

合、どちらも温存が可能になります。自覚症状が現れる前に、検診を受けることが早期発見のカギです。

進行度別5年相対生存率(%) ※出典は欄外



・限局～原発臓器に限局しているがん
・領域～所属リンパ節転移・隣接臓器に浸潤しているがん
・遠隔～遠隔リンパ節や遠隔臓器に転移しているがん

検診を受けて終わりにしない
要精密検査は必ず受診を

がん検診は受けて終わりではありません。異常が見つからなかった人も、継続して定期的に検診を受診することが大切です。

また、検診で要精密検査と判定された場合は、医療機関でより詳しい検査を受ける必要があります。「症状がない」、「忙しい」、「がんが見つかるのが怖い」と自己判断で精密検査を受けないでいると、もしもがんがあった場合、発見を遅らせ、がんを進行させてしまうことになり、身体的、精神的、経済的にも取り返しがつかない状況になります。

コラム

「がん」を知る・考える 滝川西高等学校の取り組み

がんを正しく理解し、健康と命の大切さについて主体的に考え、学ぶことができるよう、令和4年度から1学年を対象に『がん教育講演会』が行われています。生活習慣との関りも深い疾病であるがんを正しく理解し、健康と命の大切さを主体的に考えることができ、また患者の生活の質の向上や共生社会の実現について学んで欲しいと開催されています。

がん 癌は身近なものだということがわかりました。ですが早期発見できればほとんどの確率で助かることができるので周りの人や家族に検診を勧めたいなどおもいました。

私たちでもすぐ予防できるような対策(朝ごはんを食べる、夜中に間食は食べない、塩分を控えるなど)を教えてください。出来るものからでも実行しようとおもえました。

2023年がん教育講演会事後アンケートより(一部抜粋)

※【進行度別5年相対生存率：出典】全国がん罹患モニタリング集計 2009-2011年生存率報告(国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター, 2020) 独立行政法人国立がん研究センターがん研究開発費「地域がん登録精度向上と活用に関する研究」平成22年度報告書

40歳からの 乳がん検診の ススメ

乳がんってどんな病気？

乳房の中にある乳腺(母乳を作る場所)にできる悪性腫瘍で、多くは母乳が通る乳管から発症します。エストロゲンと呼ばれる女性ホルモンが深く関わっています。

どんな症状がでるの？

乳房のしこり、くぼみなど皮膚の変化や、血性の乳頭分泌、脇の下のリンパ節の腫れなどが主な自覚症状としてあげられます。

ただし、このような自覚症状のない場合もあります。

リスクが高い人は？

40歳以上の人、喫煙者、肥満の人(閉経後)、血縁者に乳がんになったことがある人がいる、妊娠・出産歴のない人などがリスクの高い人です。

セルフチェックで乳房を意識する生活習慣へ

- ①自分の乳房の状態を知る
日頃から入浴や着替えの時に、自分の乳房を見て触って、感じてみましょう。
- ②乳房の変化に気をつける
しこり、ひきつれ、くぼみ、乳頭からの分泌物など、変化がないか確かめます。
- ③変化があれば医師へ相談を
次の検診を待たずに、医療機関を受診しましょう。
- ④40歳になったら、2年に1度定期的に検診を受けましょう

注目!

40歳の方はクーポンで検診を無料で受けられます

がん検診の受診促進と早期発見につなげるために40歳(昭和58年4月2日)昭和59年4月1日(生まれ)の方には5月に無料クーポンを郵送しています。クーポンが届いている方はぜひ受診を!!



セルフチェックの方法はこちらから

乳がん検診って どんなことするの？

・問診

問診票の内容を確認します。

・視触診※

医師が左右の乳房に差がないか、しこりやひきつれ、脇の下のリンパ節の腫れなどをチェックします。

・マンモグラフィ検査

乳房専用のX線撮影です。乳房を斜めに板で圧縮し、薄く延ばして撮影します。



- 妊娠中は受けられません。
- 授乳中で検診希望の方は医療機関にご相談ください。

マンモグラフィって怖い？

検査に抵抗がある方は、痛みに対する恐怖、恥ずかしさなどがあるかと思いますが。

初めて検査をする方や、痛みが強いなど不安がある方は事前にご相談ください。

また、生理前や生理中は胸が張っているため、痛みを強く感じる場合があります。

検査の際は、胸が隠れるケープをご用意し、通常は女性技師が検査を行っています。

痛みを伴う検査ですが、病気を早期発見するためにも、ぜひ受診してください。



市立病院放射線技師
にしべ 西部 樹さん

※視触診を行う場合はマンモグラフィと併用し実施。医療機関によって視触診を実施していない場合もあります。

予約のススメ～がん検診って、どうやって予約するの？～

1. 受診機関を選ぶ

市公式ホームページ（下記個別検診二次元コード参照）、広報たきかわ等に掲載の検診日程から、どの検診を受けるか選びます。

2. 予約する

事前予約が必要です。
 集団検診か個別検診かにより申込先が異なります。
 電話または窓口で必ず事前に予約しましょう。

3. 受診する

予約した日時に受診機関で検診を受診します。

4. 結果が届く

検診結果が3～4週間程度で届きます。
 必ず結果を確認し、要精密検査となった場合は医療機関を受診しましょう。

要精密検査判定を放置しないことが大切です！

集団検診のススメ

保健センターに来る検診車で検診を受けます。

日時	検診の種類	対象者	料金	
			滝川市国保	その他の保険・後期高齢者
10月23日(水) 10時45分～11時15分 12時30分～13時30分 【場所】保健センター (受付時間は15分刻み)	子宮がん検診	20歳以上の女性 ※偶数年(和暦)生まれの方(2年に1回)	1,600円	3,000円
	乳がん検診	40歳以上の女性 ※偶数年(和暦)生まれの方(2年に1回)		
	大腸がん検診	40歳以上の女性 (1年に1回)	500円	1,800円

申し込み 保健センター窓口かTEL24-5256で9月25日(水)までにお申し込みください。

- 定員になりしだい締め切ります。
- 奇数年(和暦)生まれの方で子宮がん検診を希望される方は、6,105円、乳がん検診を希望される方は40歳代6,512円、50歳以上5,555円となります。
- オプション検診として子宮超音波検査が受けられます。予約時にお申し出ください。
保健センターからバスに乗り、検診センターで検診を受けるバスツアー検診(P17参照)もあります。
年間日程は、広報たきかわ5月号折り込みの「おとなの健診ガイド」をご覧ください。

個別検診のススメ

通年で実施しています。受診日を決め、直接各医療機関へ予約してください。
 医療機関によって上記と料金が異なる場合がありますので予約時にご確認ください。
 奇数年(和暦)生まれの方が受診する場合は全額自己負担となります。
 対象医療機関は右記二次元コードからご確認ください。



▲がん検診・医療機関情報はこちらから

「いつ行くの？今でしょ！」

若いときは「自分は健康だから」と思い検診へ行かない。家族ができたり働き盛りになったりすると、「時間がない」、「がんが見つかるのが怖い」と検診へ行かない。それでは、いつ行くのでしょうか、病気になってから？
 若いからこそ、健康だからこそ、未来のためのがん検診です。
 大切な人を悲しませないためにも、がん検診を受診するのは、「今」です。



20歳からの子宮頸がん検診のススメ

子宮頸がんってどんな病気？
 子宮入口の表面の細胞にがんができる病気で、20歳代から増加し、30～50歳代に多くみられます。20～30歳代では、*1上皮内がんも含むと、乳がんの罹患率よりも子宮頸がんの罹患率が高くなっています。
 性行為でのヒトパピローマウイルス(以下HPV)の感染が主な原因です。

どんな症状がでるの？

初期は症状がほとんどなく、検診によって発見されることが多いがんです。

リスクが高い人は？

HPVの感染自体は珍しいものではなく、性交経験がある人は誰でも感染して

【検診内容】

- ・問診～問診票の内容を確認します。
- ・診察～子宮腔部の状態を目で確認します(視診)。
- ・細胞診～ブラシのようなものを腔内に挿入し、子宮頸部の細胞を採取します。



※少し出血する可能性はありますが、痛みなどを感じることは少ないです。
 ※月経中でも検査は可能です。

*1 上皮内がん～子宮頸部の表面にある上皮細胞から発生した「がん」が、まだ上皮にとどまっている状態
 *2 浸潤がん～「がん」が上皮細胞の下にある基底膜を破って間質組織に入り込んでいる状態

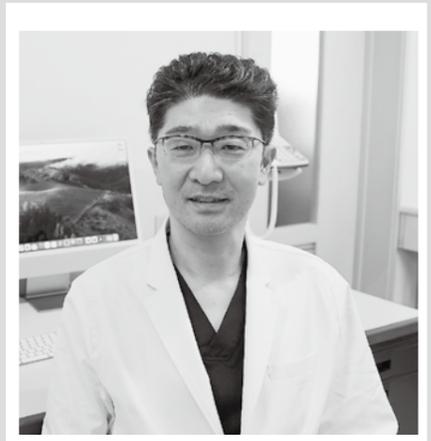
子宮頸がんは予防・早期発見ができる「がん」です。

子宮頸がんは20歳代後半から急激に増加しますが、子宮頸がんの前段階である「子宮頸部異形成」は少なくともその数年前から始まっています。子宮頸がんは初期症状がほとんどないため、早期発見には検診が最も効果的です。前がん病変である子宮頸部高度異形成や、浸潤がんであっても初期段階であれば子宮温存も選択可能ですが、発見が遅くなると手術や放射線治療・抗がん剤治療の負担が大きくなり、生存率にも差が出てきます。

子宮頸がんの原因のほとんどが性交渉によるHPV感染で、ワクチンによる感染予防が可能です。初交(初めての性交渉)前の接種が理想ですが、そうでなくても予防効果があります。子宮頸がんはワクチンで予防ができ、検診による早期発見で完治が見込める数少ないがんです。

高齢になると子宮がん検診は関係ないと思いがちですが、検診で子宮体がんや卵巣がんが見つかる場合もあります。閉経後に出血などがある場合は、医療機関を受診してください。

婦人科のかかりつけ医を持ち、不正出血や帯下(おりもの)の異常、生理痛、過多月経、生理不順、更年期障害など、小さな変化でも相談することで病気の早期発見につながります。



文屋内科消化器科医院(医療法人社団青藍会クリニックへ医院名変更予定)
院長 千葉 大樹さん
 医学博士・認定内科医・消化器病専門医・産婦人科専門医・日本医師会認定産業医
 ◆毎週水曜日午後は女性専門外来診療

HPVワクチンの接種を逃した方に無料で接種を行います。

◆**対象者**
 平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれ的女性で、過去にHPVワクチン定期接種を合計3回受けていない方

◆**接種方法**
 3種類のワクチンから選り、同じワクチンを3回接種します。過去に1～2回接種したことがある方は、残りの回数を接種します。

◆**申込方法**
 下記二次元コードからワクチンの種類を確認し、実施医療機関へ直接お申し込みください。

◆**料金**
 無料(令和7年3月31日まで)

◆**問合先**
 健康づくり課
 TEL 24-5256



【特集】大切な女性に勧めたいがん検診のススメおわり