

「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」 の改正について

1 指針の改正について

厚生労働省では、平成27年9月に取りまとめられた「がん検診のあり方に関する検討会中間報告書」を踏まえ、「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」（以下指針）を改正したところであり、本指針は平成28年度から適用することとされている。

【主な改正内容】

- ・胃がん検診：胃部内視鏡検査の追加等（別添1）
 - ・乳がん検診：視触診を推奨しない（実施する場合は、乳房エックス線検査と併せて実施すること）（別添2）
- 詳細は参考資料1参照。

2 指針改正に伴う対応

①がん検診啓発パンフレット内容の変更及び今後の活用方法について

胃がん検診における検診項目の変更に伴い、パンフレット原稿の「千葉県が推奨しているがん検診の内容」の胃がんについて、別添3のとおり変更する。

なお、乳がん検診における検診項目の変更に関しては、「千葉県乳がん検診ガイドライン」に基づきこれまで県が推奨してきた内容と一部相違することから、今後の本県における乳がん検診のあり方について当部会で検討した後に対応することとする。

変更後のパンフレットは 県健康づくり支援課がん対策班のホームページに掲載し、誰でも自由に利用できるようにする。

②がん検診従事者研修事業（胃内視鏡検査研修）について

平成28年度国の予算案において、以下の事業が計上されているが、詳細はまだ判明していない状況である。（参考資料2）

- ・がん検診従事者研修事業（胃内視鏡検査研修）

胃内視鏡検査の導入に当たっては、重篤な偶発症に迅速かつ適切に対応できる体制の整備が必要とされていることから、胃内視鏡検査に係る研修を実施する。

（補助先）都道府県、公益法人、NPO法人等

（補助率）1／2

胃がん検診体制

	改正後	改正前
対象年齢	50歳以上 ※1	40歳以上
実施回数	2年に1回 ※2	年に1回
検診項目	問診、胃部エックス線検査又は胃内視鏡検査のいずれか ※1 胃部エックス線検査については、当分の間、40歳以上の者を対象としても差し支えない。 ※2 当分の間、胃部エックス線検査を年1回実施しても差し支えない。	問診及び胃部エックス線検査

乳がん検診体制

	国の指針		千葉県乳がんガイドライン
	改正後	改正前	
対象年齢	40歳以上	40歳以上	30歳以上
実施回数	2年に1回	2年に1回	年に1回
検診項目	問診及びマンモグラフィ ※視触診は推奨しないが、仮に実施する場合は、マンモグラフィと併せて実施する。	問診、視診、触診及びマンモグラフィ	30歳代：問診及び超音波検診 40歳代：問診及びマンモグラフィ検診(2方向)と超音波検診を交互に実施 50歳以上：問診及びマンモグラフィ検診(1方向) ※当分の間は視触診も併せて実施する。

“えっ！ わたしが？”

別添 3

※変更箇所は__下線部



がんの
特性

早期がんは症状がなく、気がつきません！

■がんが大きくなるまでの特性を知る



千葉県マスコット
キャラクター
チーバくん

がんが大きくなる
メカニズムを知ると、
検診の大切さがわかるピッ。

がんには、検査で発見できる大きさになった頃から急に進行が加速する特性があります。

〈がんが大きくなるまで〉



症状が出た時はすでに「進行期」。だから、無症状の「早期」に発見することが大切です。



(公社)千葉県医師会
オリジナルキャラクター
ナービー



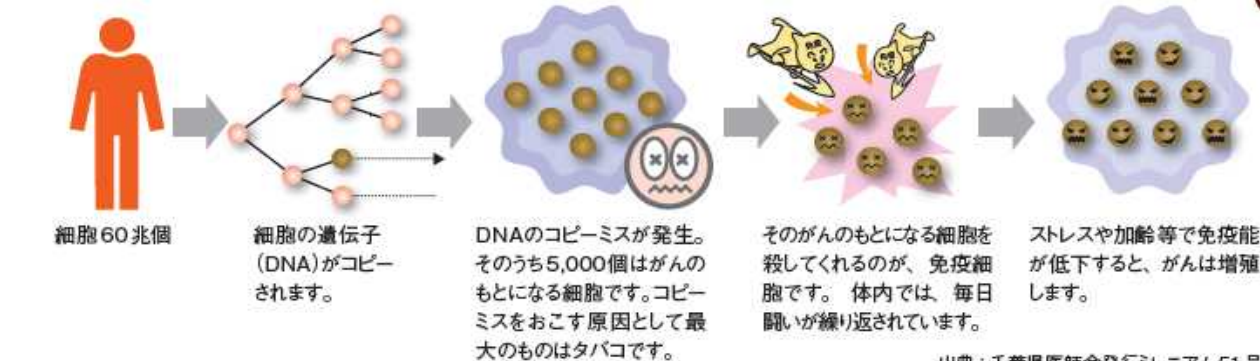
(公社)千葉県医師会
オリジナルキャラクター
ドク太

できる
仕組み

健康な人でも、 毎日5,000個のがんのもとになる細胞ができています！

■がんは遺伝子のコピーミスから始まる

がんは、たった1個の細胞が、がんのもとになる細胞に変わるころから始まります。人間の身体の細胞は、ある一定の期間で死んでいきますが、新しい細胞が細胞分裂により増え、一定に保たれています。正常細胞は分裂の回数が決まっていますが、がん細胞は身体を乗っ取るように無限に増え続けてしまいます。



コピーミスの最大の原因はタバコ！タバコを体内に取り込まないことが大切だっぴ。



出典：千葉県医師会発行「レニウム51号より一部改変

がんの
最大悪

わかっていてもやめられない…それはタバコの「罠」のせい。 タバコの罠を知って、一刻も早いリスク回避を！

■1日も早く依存症からの脱却を！

あなたの脳は、ニコチンやさまざまな化学物質により洗脳されているのです。



■副流煙こそ大迷惑！

フィルターを通らない「副流煙」、喫煙者本人が吸う「主流煙」とともに発がん物質の宝庫です。特に副流煙は、フィルターを通らないため、より高濃度の有害物質が！！



出典：千葉県医師会発行「レニウム36号より一部改変

長野県と千葉県では野菜の消費量に明らかな違いがあります。

とことん
予防

検診 + 生活習慣改善で予防につとめよう!

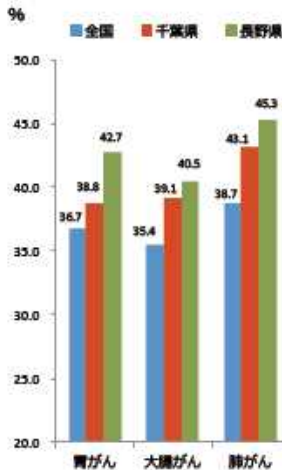


健康長寿日本一の長野県は、がん死亡率が最も少ない

厚生労働省が公表した「都道府県別年齢調整死亡率(人口10万人当たりの死亡者数/平成22年)」によると、男女ともに健康長寿日本一の県である長野県が、がん死亡率ももっとも低いことがわかりました。

長野県は、がん検診の受診率も全国・千葉県を上回り、野菜もたくさん食べています。がんには負けないライフスタイルであることがうかがえます。

40歳以上のがん検診受診率の比較



出典：平成25年国民生活基礎調査(厚生労働省)

千葉県と長野県における死因別年齢調整死亡率*の対比(平成22年)

	千葉県	長野県
全死因		
男	10位	1位
女	33位	1位
悪性新生物		
男	6位	1位
女	27位	2位

* 順位が高いほど死亡率が低い
* 悪性新生物とはがんのこと

※年齢調整死亡率とは?

都道府県別に死亡率を比較すると、年齢構成に差があるため、高齢者の多い都道府県では高くなり、若年者の多い都道府県では低くなる傾向があります。このような年齢構成の異なる地域間で死亡状況の比較ができるように年齢構成を調整しそろえた死亡率が年齢調整死亡率です。

野菜摂取量(g/日)の比較



出典：平成22年国民健康栄養調査(厚生労働省)

やっぱり
野菜って大切
なんだビッ!



早期
発見

毎年の検診こそ、早期発見の大チャンス!

女性は20歳、男性は40歳を過ぎたらがん検診適齢期

数値から見る早期発見の大切さ

表からもわかるように、検診によって発見されたがんは、5年相対生存率が高くなっています。

早期発見できれば、生存率に大きな差が出ることがわかります。

自分を守るのは自分です。早期治療のチャンスを逃しちゃダメだビッ!



50代・60代女性の死亡原因は半数以上が“がん”という事実

性・年齢階級別のがんで亡くなる割合は、女性は20歳以上、男性は40歳以上で2割を超えています。特に女性は50代・60代の半数以上ががんで亡くなっています。



出典：2015年人口動態統計(厚労省)

20代の数値が高いのは、子宮がんが要因です。若い女性にも検診を心がけてほしいビッ。



がんの5年相対生存率

(1993~1996年診断患者:6登録集計結果)

部位	検診・健診による発見		その他・外来受診などによる発見	
	症例数	5年相対生存率	症例数	5年相対生存率
胃がん	10,441件	87.8%	32,958件	53.3%
大腸がん	5,380件	91.9%	24,931件	62.4%
肺がん	4,249件	45.8%	16,332件	16.3%

出典：がん研究振興財団「がんの統計'05」より

5年相対生存率とは

がんと診断された人のうち5年後に生存している人の割合が、日本人全体で5年後に生存している人の割合に比べて、どのくらいの割合を表したものです。

子宮がんは20歳以上、その他のがんは40歳以上など国の検診推奨年齢とあっていますね!





(公財)ちば県民保健予防財団
オリジナルマスコットキャラクター
けんしー

がんの約60%は
生活習慣を改善することで予防できます!!



がんを防ぐための新12か条

あなたのライフスタイルをチェック! そして今日からチェンジ!!

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| ① タバコは吸わない | ⑦ 適度に運動 |
| ② 他人のタバコの煙をできるだけ避ける | ⑧ 適切な体重維持 |
| ③ お酒はほどほどに | ⑨ ウイルスや細菌の感染予防と治療 |
| ④ バランスのとれた食生活を | ⑩ 定期的ながん検診を(下表参照) |
| ⑤ 塩辛い食品は控えめに | ⑪ 身体の異常に気がついたら、すぐに受診を |
| ⑥ 野菜や果物は豊富に | ⑫ 正しいがん情報でがんを知ることから |

公益財団法人がん研究振興財団より

千葉県が推奨しているがん検診の内容(平成28年4月現在)

種別	検査方法	対象者	受診間隔
胃がん	問診、胃部エックス線検査*又は胃内視鏡検査	50歳以上	2年に1回
大腸がん	問診、便潜血検査	40歳以上	年1回
肺がん	問診、胸部エックス線検査、喀痰細胞診	40歳以上	年1回
子宮頸がん	問診、視診、子宮頸部の細胞新、内診	20歳以上	2年に1回
乳がん	問診、視触診、マンモグラフィ又は超音波検査	30歳以上	年1回

*胃部エックス線検査は当分の間、40歳以上を対象とし、年1回実施しても差し支えない
がん検診は、お住まいの市町村で行われているほか、お勤めの会社等で行っている場合もあります


気になる症状がない人こそ
「がん検診」を!!



がん検診を受けていない方へ

①～⑤は、平成26年内閣府「がん対策に関する世論調査」の多くの方ががん検診を受けない理由と思われることの結果です。みなさん、このデータに心当たりはありませんか?

今までがん検診を受けていない方は、これを機会に考え方を少し変えてみませんか?

調査結果	今日からこう考えましょう	今日から考え方をチェンジするピッ!!
① 忙しい、時間がない(48.0%)	⇒自分の命にかかわることです。優先します!	
② 費用がかかり、経済的に負担になる(38.9%)	⇒手術や入院となったら、もっとかかってしまいます!	
③ がんといわれるのが怖い(37.7%)	⇒がんだと怖いから検診を受けるのです!	
④ 健康で自覚症状がない(33.1%)	⇒自覚症状がないからこそ、受けるのです!	
⑤ いつでも医療機関を受診できる(20.5%)	⇒「いつでも行ける」と思っていると結局行けません!	

発行：千葉県がん対策審議会予防・早期発見部会(事務局：千葉県健康づくり支援課 連絡先043-223-2686)

平成27年8月発行

受診についての詳細は、各市町村の検診担当者へお問い合わせください。