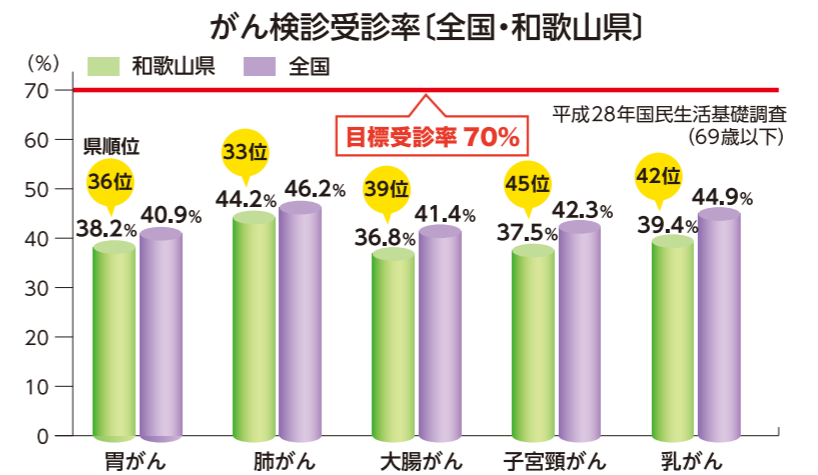
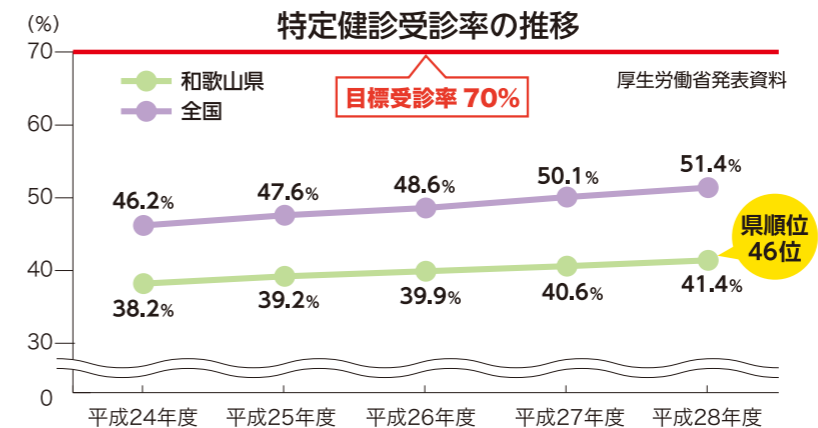


特定健診・がん検診を受ける

病気の予防のためには、特定健診やがん検診を受診し、早期発見・早期治療を行うことが重要です。しかしながら本県における特定健診・がん検診の受診率は低く、全国平均を下回っています。健康だと思っても検査によって異常が見つかるケースがあり、特にがんは早期に発見し、早期に治療できれば、約9割が治ります(注)。

特定健診・がん検診の重要性を認識し、お住まいの市町村や職場で受診しましょう。

(注)ここでいう「治る」とは、診断時からの5年相対生存率(がん以外の原因で亡くなる人の影響を除いたもの)です。



がんの75歳未満年齢調整死亡率の順位

	全部位	胃	肺	大腸	すい臓	肝臓	子宮	乳房
和歌山県	10位	23位	5位	5位	3位	5位	38位	43位

いずれも男女計。ただし、子宮・乳房については女性のみ。順位は死亡率の高い順。国立がん研究センターがん情報サービス[がん登録・統計](平成29年)

受診率向上・早期発見への取組

健康推進員による普及啓発

県では、地域で健康づくりを支援する健康推進員を養成しています。養成講習を受講し、市町村長から委嘱を受けた健康推進員は、家庭への訪問などにより、特定健診やがん検診などの受診案内、健康イベントの参加の呼びかけなどを行っています。地域に密着した普及活動を行うことで、受診率の向上につなげます。(平成31年2月末現在1,798人を養成)

interview インタビュー



紀美野町健康推進員
葛葉 まさるさん

健康の大切さを伝えたいという思いから健康推進員になり、住民の方々に大腸がん予防のPR活動やがん検診受診などの声かけを行っています。健康で長生きするには、予防が大切です。そのため、特定健診の受診や健康に良い食生活などを継続して行ってもらえるよう働きかけています。また、若い方にも健康推進員になっていただけるよう声かけをしていきたいと思っています。

がん検診の個別受診勧奨

がん検診の対象者には、市町村から個別に案内を送付し受診を勧奨しています。また、啓発まんがを作成し、個別案内に同封するなどがん検診をよりわかりやすく身近に感じてもらうための取組をしています。

乳がんのセルフチェック

乳がんについては、セルフチェック(自己触診)でわかる場合もあるため、日頃から乳房の状態を確認しましょう。県では「乳がんセルフチェックリーフレット」を作成し、啓発を行っています。

受診結果から健康を考えよう

受診結果は、現在の健康状態を知る第一歩です。受診するだけでなく、その結果から生活習慣を見直し健康づくりに取り組ましましょう。また、がん検診の結果「詳しい検査が必要(要精密検査)」となった方は、必ず精密検査を受けましょう。



健康推進員養成講習会

乳がんセルフチェックなど、がんについての情報は

わかやまがんネット

生涯を通して健康を考える

生涯にわたり、健康であるためには、一人ひとりが子供の頃から健康づくりに取り組むことが重要です。

子供の頃から健康づくり

健康教育の充実

子供の頃から生活習慣について正確な知識を持ち、健康への意識を高めてもらえるよう、健康教育教材を作成しました。乳幼児の保護者・小学生・中学生・高校生のそれぞれを対象とし、食生活や運動、たばこの害など7項目ごとにまんがを用い、わかりやすく解説した教材となっています。学校などでこの教材を活用し、健康教育のさらなる充実を図ります。



むし歯ゼロ施策のイメージ

一生むし歯になりにくい口腔内環境の実現

① 歯科保健指導の充実
むし歯菌の母子感染の防止
・おやつ砂糖の与え方を含む食生活に関する正しい知識の普及

② フッ化物塗布の推進

③ フッ化物洗口の推進

6歳臼歯のむし歯予防処置の実施推奨