

働く大人が クイズで知るがんのこと

<全5問>

- Q1 どのくらいの人、がんに罹るの？
- Q2 どのくらいの人、がんで亡くなるの？
- Q3 がんの生存率はどれくらい？
- Q4 がん検診を受けるタイミングは？
- Q5 がんを予防することはできるの？

～あなたと愛する家族のために～

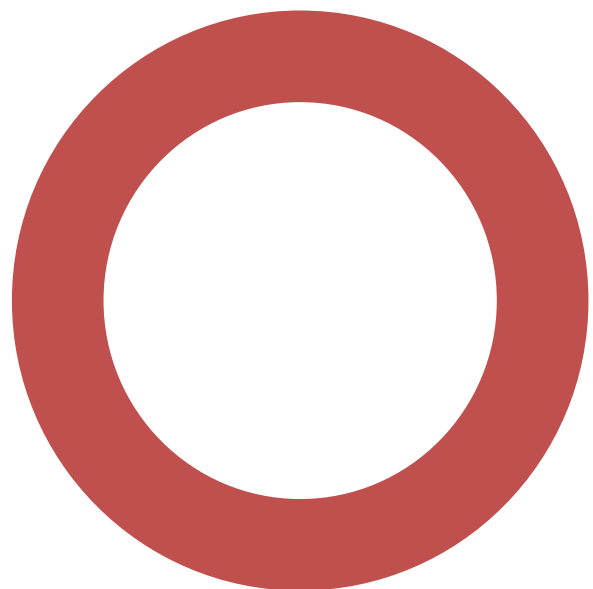
今年も行こう、がん検診



Q1 どのくらいの人が、がんになるの？

日本人が一生のうちにがんと診断される確率は、

25%（4人に1人）である。



or



A1 どのくらいの人が、がんに罹るの？

こたえは × です。

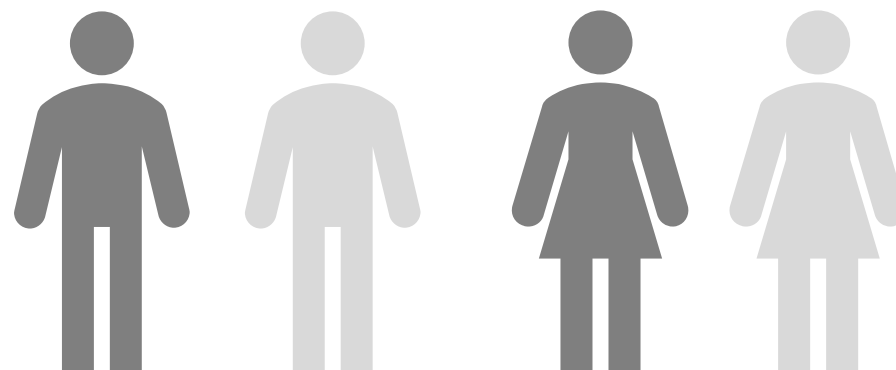
日本人が一生のうちにがんと診断される確率は

50%（2人に1人）以上です。

働く世代も
3人に1人はがんに罹患
しています。

男性では63.3%、女性では50.8%
の確率（※）でがんに罹るとされています。

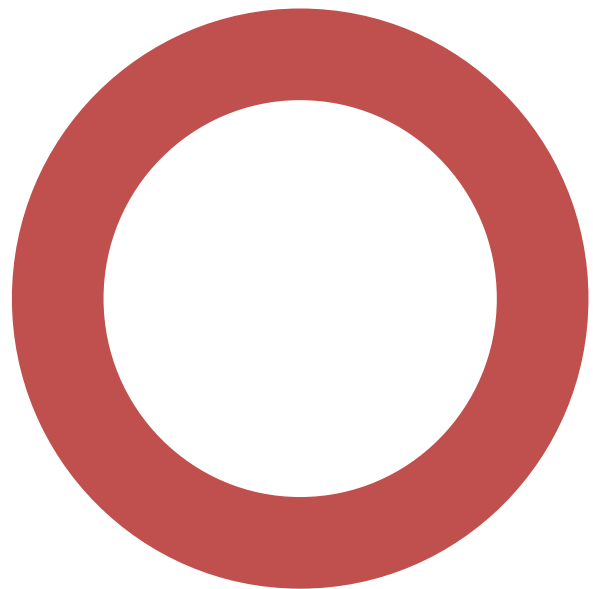
がんは、とても身近な病気です。



Q2 どのくらいの人、がんで亡くなるの？

1年間のうち、和歌山県内でがんで亡くなる人は、

約1,000人である。



or



A2 どのくらいの人、がんで亡くなるの？

こたえは × です。

1年間のうち、和歌山県内でがんで亡くなる人は、

約3,300人で、およそ

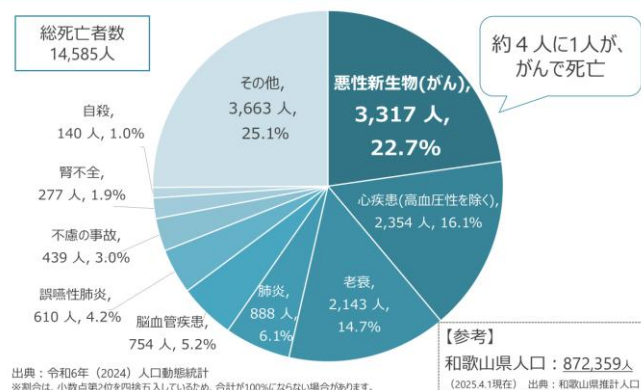
4人に1人ががんで亡くなっています。

また、1年間のうち、人口のおよそ

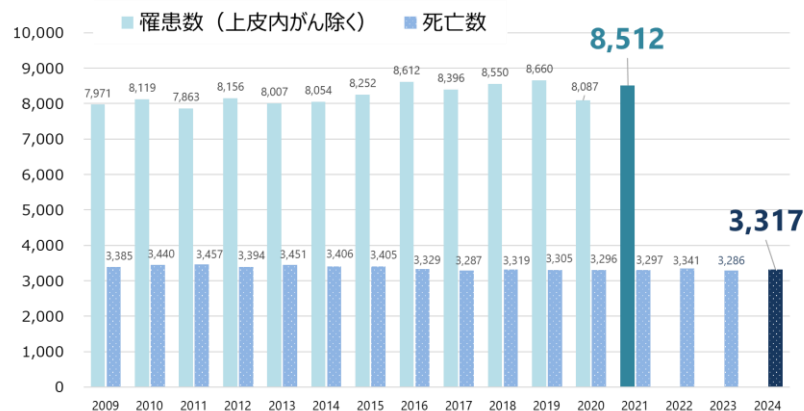
1/100にあたる約8,500人が、

和歌山県内でがんに罹っています。

死因別死亡者数（和歌山県）



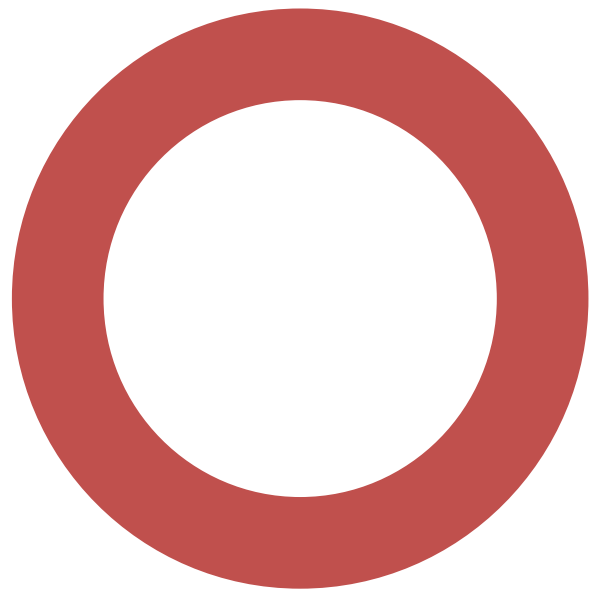
がんの罹患者数と死亡者数の推移（和歌山県）



出典：和歌山県地域がん登録事業、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）、人口動態統計
注：罹患者数について、2016年より、全国がん登録が開始。2015年までは推計値。

Q3 がんの生存率はどれくらい？

がんと診断された人が、5年後に生存している
確率は **30%** である。



or



A3 がんの生存率はどれくらい？

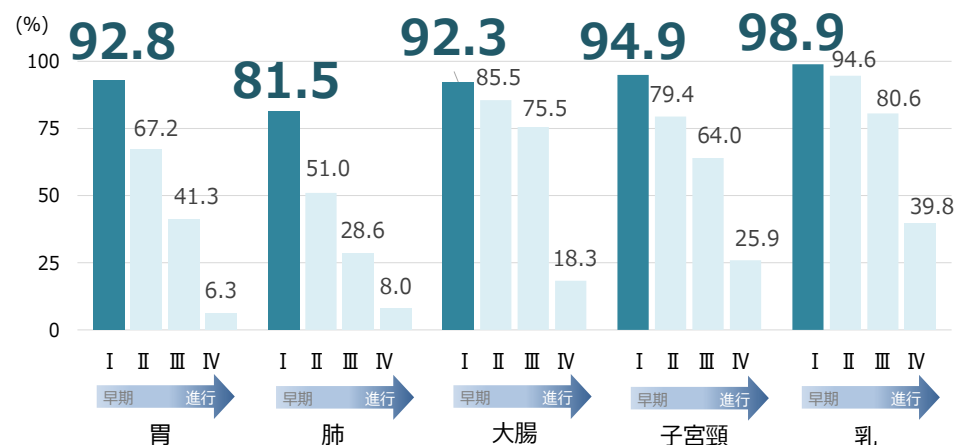
こたえは × です。

がんと診断された人が、
5年後に生存している確率は

66.2% (全がん) です。

医療の目覚ましい進歩などにより、
がんの5年生存率は上昇しています。
がんの種別や治療を始めるステージ
等により生存率は異なりますが、
早期発見・早期治療により、
多くのがんで生存率が9割を超えます。

■ 5がんのステージ別5年生存率



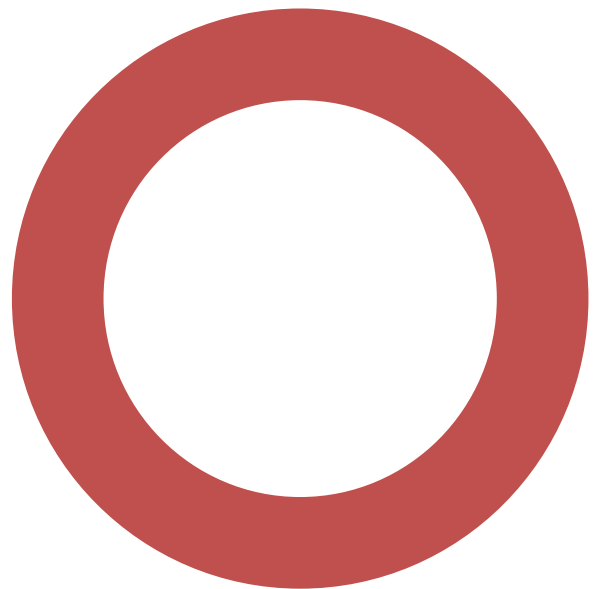
注 病期は国際的なTNM分類による。病期はがんの大きさや他の臓器への拡がりによってⅠ～Ⅳに分類
出典：国立がん研究センターがん情報サービス「院内がん登録生存率集計」2014-2015年

早期発見には、定期的ながん検診が有効です。

※多くのがんは治療後5年間再発しなければその後再発の可能性は低くなるといわれています。

Q4 がん検診を受けるタイミングは？

がん検診は症状が出たらすぐに
受けるべき。



or



A4 がん検診を受けるタイミングは？

こたえは × です。

多くの場合、早期のがんは自覚できる症状がありません。
また、早期のがんとして発見できる
期間はわずか1～2年です。

症状がない時から 定期的ながん検診

を受けることが大切です。

職場や市町村等が実施するがん検診を受診してください。
なお、症状がある場合は、がん検診ではなく、
速やかに医療機関を受診してください。

がん検診は、種類によって、推奨される年齢が異なります。
早いものでは、子宮頸がん検診は、20歳から推奨されています。

■ 国が推奨する5つのがん検診



胃がん検診

胃部X線検査
胃内視鏡検査

対象年齢：50歳以上の男女
受診期間：2年に1回

※ 当分の間、胃部X線検査については、40歳以上年1回の実施もできます。



大腸がん検診

便潜血検査

対象年齢：40歳以上の男女
受診期間：年1回



肺がん検診

胸部X線検査

対象年齢：40歳以上の男女
受診期間：年1回

※ 高危集団には喀痰細胞診も併用できます。



乳がん検診

マンモグラフィ

対象年齢：40歳以上の女性
受診期間：2年に1回

※ 視触診検査も併用できます。



子宮頸がん検診

細胞診

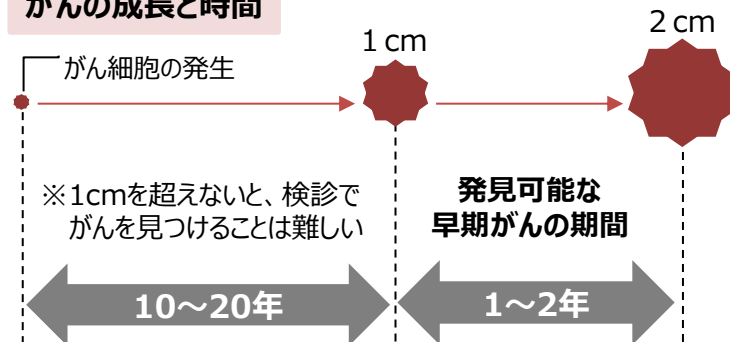
対象年齢：20歳以上の女性
受診期間：2年に1回

30歳以上は、HPV検査単独法も推奨
※ 自治体の選択により、実施。

出典：文部科学省 がん教育推進のための教材

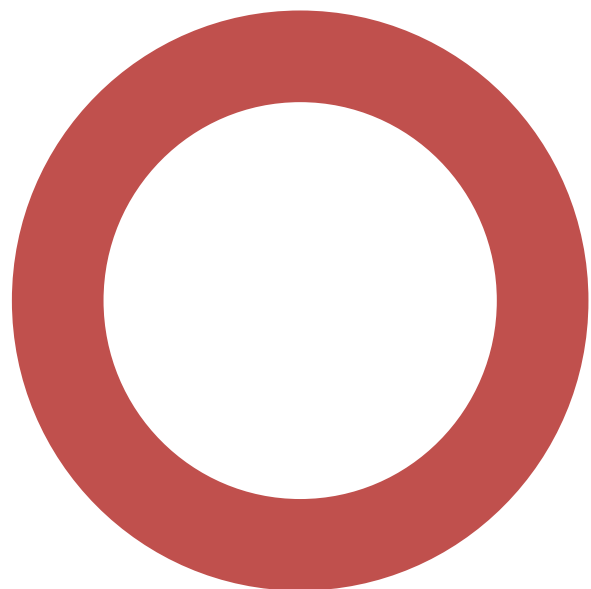
※一部追記

がんの成長と時間



Q5 がんを予防することはできるの？

がんにかかるとリスクを減らす**予防法はある。**



or



A5 がんを予防することはできるの？

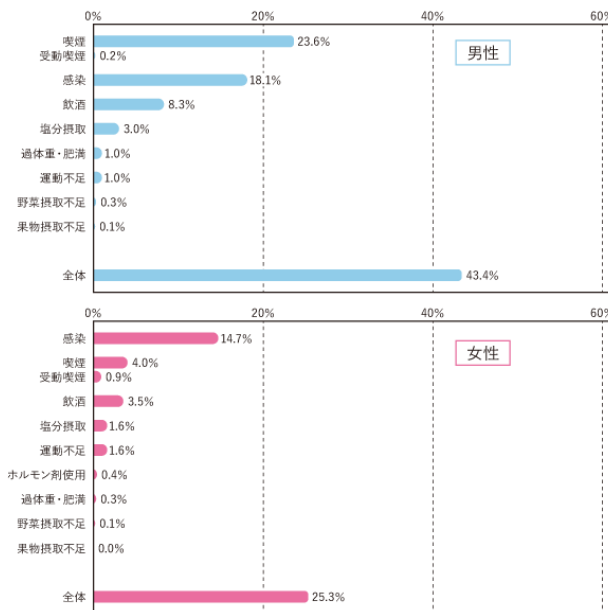
こたえは ○ です。

がんにかかるリスクをゼロにすることはできません。
ただ、がんにかかるリスクを低くする
予防法はあります。

男性のがんのうち43.4%、
女性のがんのうち25.3% (※) は、
喫煙や飲酒をはじめとした生活習慣や、
HPVや肝炎ウイルスなどの感染症
が要因と考えられています。
**禁煙、節酒、食生活の見直し、運動、
適正体重の維持、感染症対策**により
がんを予防しましょう。

※ 出典：国立がん研究センターがん情報サービス

❗ 生活習慣や感染症が原因とならないがんもあります。



図の出典：国立がん研究センターがん情報サービス

科学的根拠に根ざしたがん予防ガイドライン 「日本人のためのがん予防法（5+1）」



協力医療機関及び県立保健所において、**肝炎ウイルス検査**を無料で受けられます。
小学校6年～高校1年相当の女子は、**HPVワクチン**を公費で受けられます。
※詳しくは、県HPやお住まいの市町村のHPをご確認ください。

まとめ

- 生涯のうち、日本人の2人に1人はがんに罹ります。（Q1）
- 1年間に亡くなる方のうち、およそ4人に1人はがんで亡くなっています。（Q2）
- がんの5年生存率は6割を超えます。また、早期発見・早期治療できれば、多くのがんで9割以上の方が治ります。（Q3）
- がんを早期発見できる期間はわずか1～2年です。症状がないときから定期的にがん検診を受けることが大切です。（Q4）
- 禁煙、節酒、食生活の見直し、運動、ワクチン接種などによる感染症対策等により、がんのリスクを減らすことができます。（Q5）

がん検診を受けたいけど、 どうしたらいい??

●職場で定期健康診断とは別に「がん検診」が実施されている場合
⇒適切な受診間隔でがん検診を受診しましょう。

●職場でがん検診が実施されていない場合（協会けんぽに加入）
⇒協会けんぽが提供する生活習慣病予防健診を活用しましょう。定期健康診断を兼ねながら、国が推奨する5がんの検診を網羅できます。協会けんぽから費用の補助があり、お得に受診できます。※県内約60医療機関で受診可能

●職場でがん検診が実施されていない場合（協会けんぽ以外に加入）
⇒お住まいの市町村が実施するがん検診（住民検診）を利用しましょう。

○協会けんぽHP



健診の種類	検査の内容	対象者	自己負担額
一般健診	・問診・診察等・身体計測・血圧測定 ・尿検査・便潜血反応検査・血液検査 ・心電図検査・胃部エックス線検査 ・胸部エックス線検査 ・眼底検査※医師が必要と判断した場合のみ	35歳~74歳の方 (75歳の誕生日の前日まで)	最高5,282円 最高79円
子宮頸がん検診(単独受診)	・問診・細胞診 ※自己採取による検査は実施していません。	20歳~38歳の 偶数年齢の女性の方	最高970円

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/wakayama/cat040/sekatsu3009/>

○市町村HP



住民検診は、市町村によって、日程・実施方法・受診費用が異なります。
詳しくはお住まいの市町村HPをご確認ください。

https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/041200/h_sippeigannet/02/03.html

“がん”について もっと知りたい方はこちら

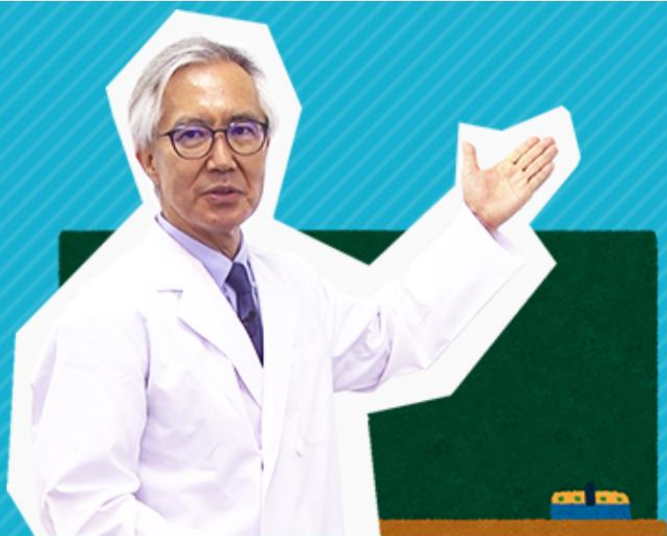
(働く人ががんを知る本 ダイジェスト版)



https://www.gankenshin50.mhlw.go.jp/susume/2019/pdf/susume_digest-ver.pdf

人生100年時代を生き抜くには
“がんのひみつ”を知ることが重要です

出典：がん対策推進企業アクション（厚労省委託事業）



教えて中川先生！

がんって何？ がんになっても働けますか？

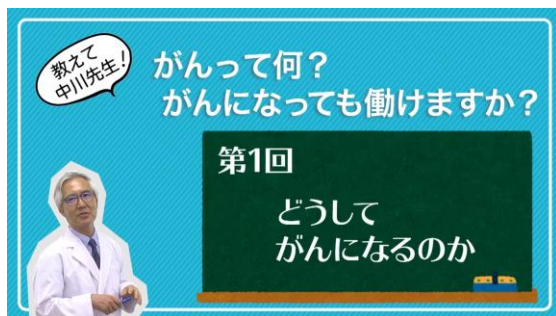


出典：がん対策推進企業アクション（厚労省委託事業）

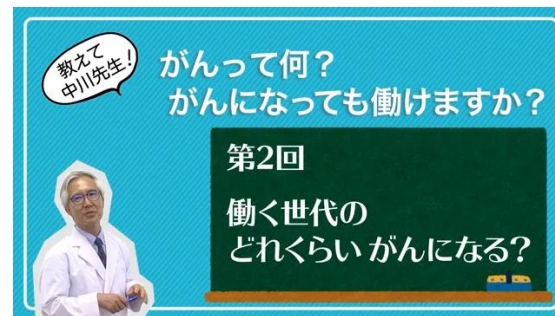
「世界一受けたい授業」でお馴染みの東大病院の中川恵一特任教授が、がんに関する正しい知識と最新情報を多数配信。講座は1回3～4分程度と、仕事の合間でも見られる短編です。

「がんとは何か」「働く世代のがん」「がんで命を落とさないために」など、1回1つのテーマごとに分かりやすく解説されているので、みなさま、ぜひご視聴ください！

<https://www.gankenshin50.mhlw.go.jp/movie/index.html>



<https://www.youtube.com/watch?v=JKfGhLFojuQ>



<https://www.youtube.com/watch?v=-ik7uYBpNdc>