

10月は茨城県がん検診強化月間です！

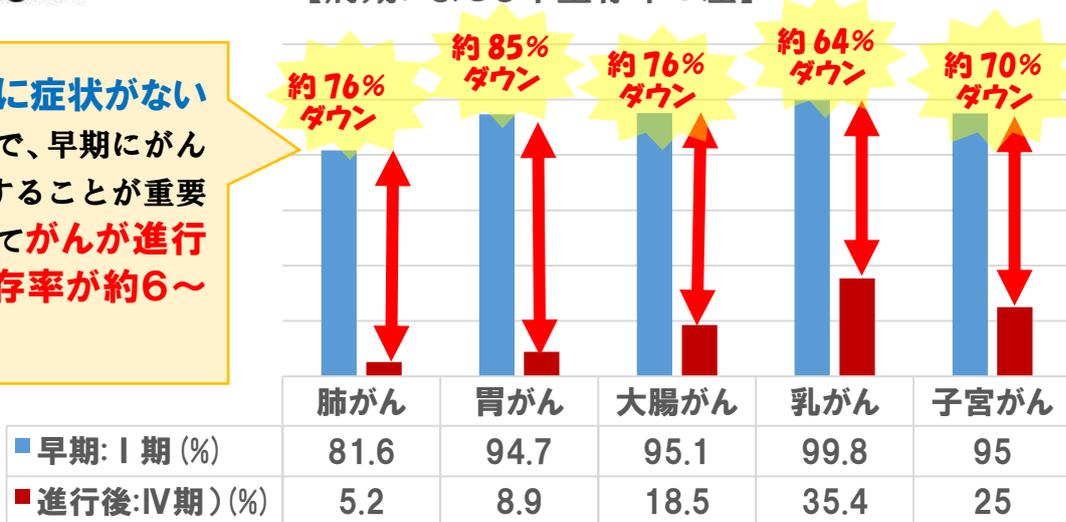


がんは、死因の第1位となっており、一生のうち日本人の**約2人に1人はがんに罹る**と言われています。

コロナ禍において、検診や受診を控えることにより、がんが進行してしまい、将来がんによる死亡がさらに増加することが懸念されています。

がん検診は、特に**症状がない健康な方が対象**で、早期にがんを発見して、治療することが重要です。発見が遅れて**がんが進行してしまえば、生存率が約6～8割下がります。**

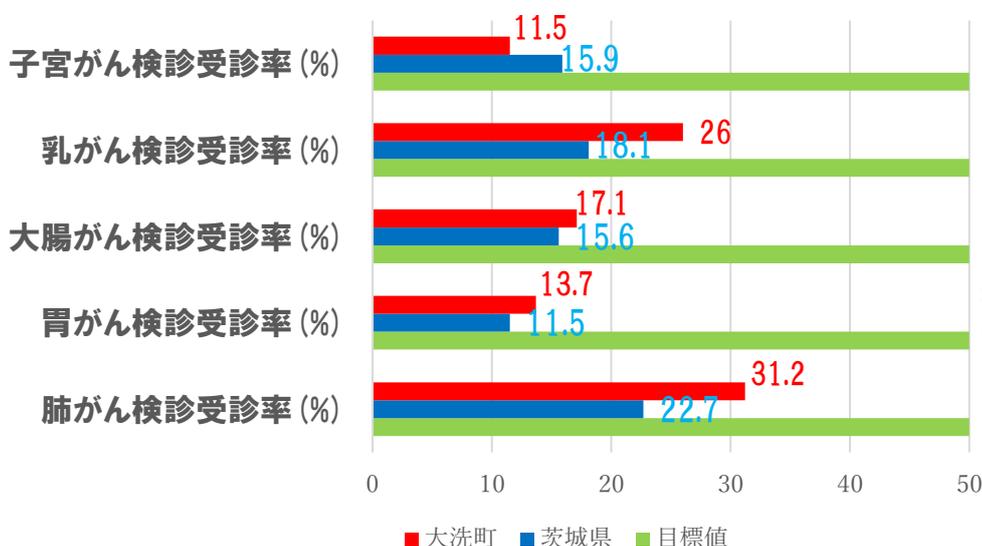
【病期による5年生存率の差】



■ 早期: I期 (%) ■ 進行後: IV期 (%)

がんによる死亡者数を減少させるためには、**定期的ながん検診を受診することが大切**です。国はがん検診受診率50%達成を目標に掲げていますが、現状はまだです。
自分と家族のためながん検診へ行きましょう！

【がん検診受診率】



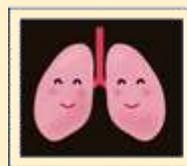
問い合わせ先 : 健康増進課 ☎266-1010

がんを防ぐための新12か条



日本人を対象とした疫学調査などの科学的な研究で明らかにされた確かな証拠をもとに「がんを防ぐための新12か条」を提案します。今日からできることをチャレンジしましょう！

- 1 条 たばこは吸わない
- 2 条 他人のたばこの煙を避ける
- 3 条 お酒はほどほどに
- 4 条 バランスのとれた食生活を
- 5 条 塩辛い食品は控えめに
- 6 条 野菜や果物を不足にならないように
- 7 条 適度に運動
- 8 条 適切な体重維持
- 9 条 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 10 条 定期的ながん検診を
- 11 条 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
- 12 条 正しいがん情報でがんを知ることから



今年度、まだ検診を受けていない方は、お電話(☎266-1010)もしくはインターネット(右記 QR コード)からお申込みください。

ゆっくら健康館で行う集団検診は完全予約制で、感染防止対策を講じながら実施しています。下半期の申込みはすでに始まっており、定員に達した検診日から締切ますので、お早目にご予約ください！



携帯・スマホから



大洗町 がん検診

で検索

問い合わせ先 : 健康増進課 ☎266-1010