

しあわせ

第70号 2010・8



モンテディオ山形とタイアップしたテレビスポット
(MF 秋葉 勝 選手)

がん検診、受けていますか？



財団法人 山形県結核成人病予防協会

がん検診を受けていますか？



山形検診センター
主任保健師 加藤 里美

健康診断といえは真つ先に思い出すものは何でしょうか？

やはり、がん検診であると思います。日本人の死亡原因は様々ありますが、一番多い死因はがんです。

私達は、誰でも病気になる可能性があります。一生のうちにかんにかかる確率は、男性で約54%、女性で約41%と言われており、比較的高い確率と言えます。

それでは、山形県のがんの状況はどのようなになっているのでしょうか？

◎死因別死亡割合(表1)

日本全体と同様、山形県でもがんで亡くなる方が一番多い状況です。平成20年度の死因別死亡割合ではがんで全体の約1/3を占めています。次に多いのは心臓病、脳卒中となります。

◎がんにによる死亡数の推移(表2)

山形県のがんにによる死亡数の推移は、残念ながら年々増加傾向にあります。昭和43年には、男女合わせて1,780人で

あったのに対し、平成20年では3,952人ががんで亡くなられています。約40年の間に、2倍にも増加しています。

◎がん罹患率(表3)

山形県の皆さんはどんな「がん」にかかっている人が多いのでしょうか。

男性と女性では若干傾向が違います。男性では胃がんにかかる方が一番多い状況です。次いで、肺がん、大腸がん、前立腺がんの順となっています。女性では、大腸がんが最も多く、次いで胃がん、乳がん、肺がんの順となっています。

東北地方の特に日本海側の方は、胃がんが多いといわれていますが、最近の傾向として男女ともに肺がんが増加傾向にあるのが心配される場所です。県内では喫煙者が多く、特に若い世代の喫煙者が多いので、今後更に肺がんの発生が心配されます。

がんは半分の確率で、誰でもかかる可能性があります。ありますが、予防策は段階ごと様々あります。

どのがん検診でも平成20年という年がポイントとなっています。

なぜ、平成20年に低下しているのかというと、特定健康診査が開始されたことが大きく影響しているのではないかと考えられています。

平成19年までの基本健康診査は、40歳以上の住民であれば誰でも受診することができました。ところが、特定健康診査を受診するには、医療保険者が実施する特定健康診査を受けなければならず、しかも、受診の際は受診券を持参しなければなりません。

初年度の平成20年は、医療保険者や、検診機関も戸惑いがありました。そうしますと、受診者の方々が混乱される結果となります。

一方で、がん検診は今まで通り対象年齢の方であれば誰でも受けることは可能でした。

おそらく、特定健康診査を受けるまでに大変な思いをしまい、受診の機会を逃してしまった方も多かったのではないのでしょうか。また、がん検診だけを受けるのは、検査項目が少なくとおっしゃる方もいたと思います。平成20年度は山形県ばかりではなく、全国的にもがん検診受診数は減少傾向でした。それでも全国的に見ると山形県は優秀な状況です。

◎がん検診受診率(表9)

がん検診受診率が低迷すればがん検診受診率も低迷します。

がん検診対象者のうち、何%の方が受けているのでしょうか？

平成18年と19年はほぼ同様の傾向がありました。ところが、平成20年では胃がん検診27.2%、大腸がん検診32.8%、肺がん検診34.7%、子宮がん検診30.0%、乳がん検診29.7%

8%に止まっております。

山形県では、平成18年に施行された「がん対策基本法」を受け、「山形県がん対策推進計画」を平成20年に策定、がん検診受診率の目標を掲げております。

その中で、胃・大腸・乳がん検診については60%、肺・子宮がん検診については50%を平成25年度までに達成すると目標を掲げております。

まだまだ遠い道のりですが、がんで亡くなる方を少しでも減らすために目標に向かってがん検診をすすめていかなければなりません。がん罹患率は減っていませんが、がん検診受診率が伸び悩んでいます。がんは、日本人の死因の第1位なのに予防策のひとつである検診が低迷していることは問題です。

がん検診がきっかけで、がんの早期発見・早期治療に結びついている方も多くいらっしゃいます。ぜひ、健康維持のためにもがん検診を受診して頂きたいと思っております。

す。そのひとつはがん検診です。

がん検診は二次予防に該当し、がんの早期発見、早期治療に役立つものです。

早く発見されれば、早く治療ができます。元気に過ごしていくために大切なことといえるでしょう。

それでは、山形県のがん検診の状況はどうなっているのでしょうか？

◎部位別がん検診受診率(表4~8)

胃がん検診は平成16年度の118,231人をピークに徐々に低下しています。

平成19年に少し回復しましたが、平成20年に再度低下し10万人を割っています。

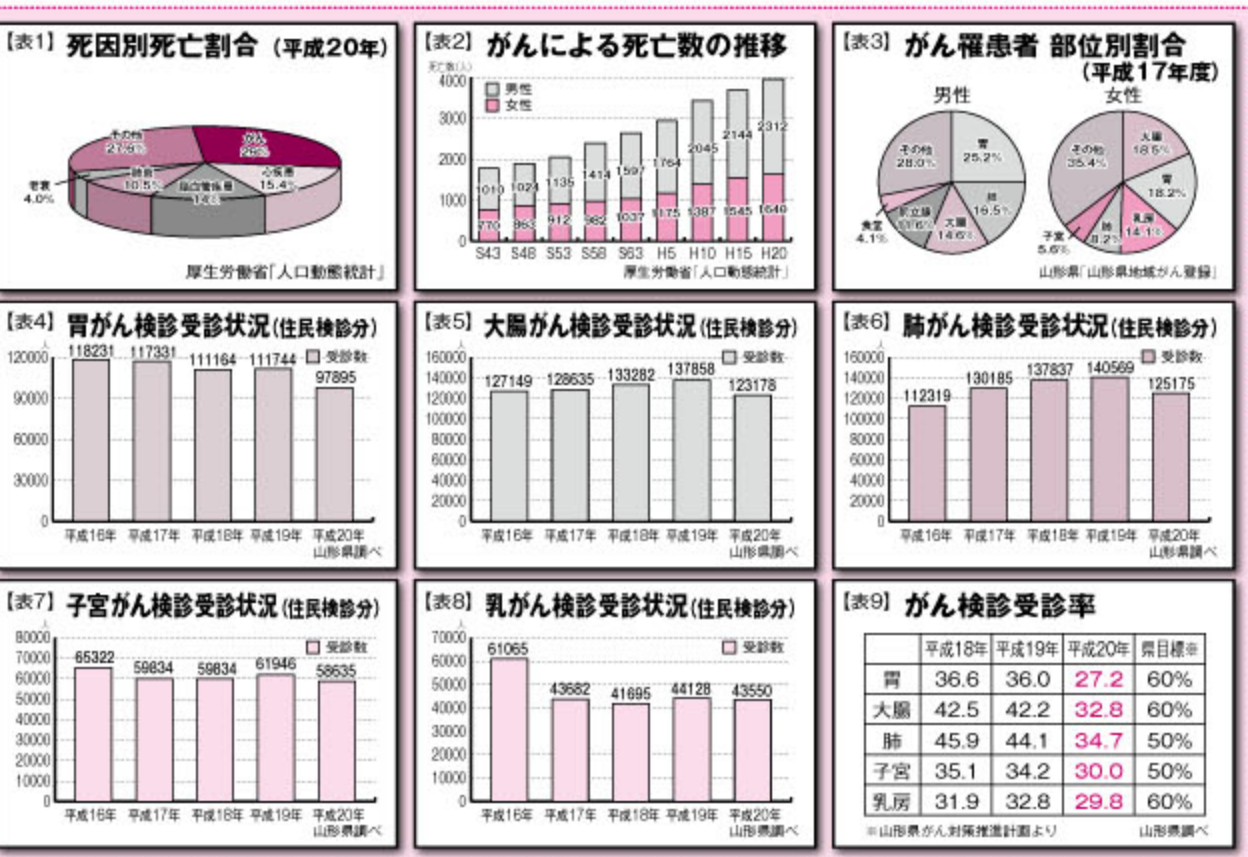
大腸がん検診では、平成16年から19年まで着実に増加していましたが、平成20年には低下してしまいました。

肺がん検診でも平成16年から年々増加していましたが、これも平成20年には低下しています。

子宮がん検診では、平成16年をピークに年々減少傾向があり、平成19年には少し回復しました。しかし、平成20年には残念ながら低下しています。

乳がん検診では、平成16年をピークに平成17年に大きく低下していましたが、それ以降年々増加傾向にありました。ピンクリボンキャンペーンなどでPR効果があつたものと思われる。しかし、平成20年にはやや低下しています。

子宮がん検診・乳がん検診については平成17年に低下傾向が著しく見られますが、ひとつの要因として平成16年から受診機会が2年に1度となったための影響が考えられます。



酒田市でピンクリボン プレフェスタ開催



いつも笑顔が見たいから必ず受けよう「乳がん検診」。

このスローガンを合言葉に、去る7月11日(日)、酒田市の東北公益文科大学において、「やまがたピンクリボンプレフェスタ2010 in さかた」が開催されました。

乳がん撲滅のためのピンクリボン運動を、一般により広めようと毎年開催されているこのイベントは、10月9日、10日に山形市の文翔館で開催される「やまがたピンクリボンプレフェスタ2010」のプレイベントとして開催されたもので、今回で4回目となります。

基調講演では、医師により、乳がん検診の必

要性や酒田地区の乳がん検診の受診状況などが話されました。

続くパネルディスカッションでは、県立中央病院第一診療部副部長の工藤俊医師をコーディネーターに、医師や行政、患者がそれぞれの立場から議論を行いました。

乳がんによる死亡者を減少させるには検診の受診率を向上させる必要があり、欧米では70%を超える受診率も、日本では20%程度、山形県においても30%弱と依然として低く、乳がん検診の受診をあらためて呼びかけました。

10月の本フェスタでは、文翔館や山城がピンク色にライトアップされるほか、講演会などが行われます。また、ピンクの帽子とTシャツに身を包んだ参加者によるピンクリボンウォークが繰り広げられる予定です。



ピンクリボン 自動販売機を 設置いたしました

このたび、山形検診センターの1階受付ホールに「ピンクリボン自動販売機」を設置いたしました。この自動販売機はキリンビバレッジ株式会社がピンクリボン運動に賛同して独自に展開している事業であり、商品を購入すると、売上金の一部が財団法人日本対がん協会が乳がん征圧のために設けたほほえみ基金に寄付されるしくみです。

山形県では当協会の設置が第一号となっております。

この自動販売機を設置することで、受診者の方にピンクリボン運動を知って頂くとともに、乳がんに対する関心を高めていただきたいと思います。



9月は 『がん征圧月間』 同月24日からは 『結核予防週間』



9月、がん征圧月間
全国大会 2010.9.10 福井市

社団法人 山形県医師会 財団法人 山形県結核成人病予防協会

がんによる死亡者数は、年々増え続けており、年間約34万人の方が亡くなっています。

がんの征圧には、禁煙や食生活の改善などの一次予防、検診による早期発見・早期治療による二次予防が大切です。

『がん征圧月間』は、9月をがんに対する知識とがん検診の受診率向上を広くアピールする集中的な期間として位置付け、日本対がん協会と日本医師会が主催となって行っている強調期間です。

また、『結核予防週間』は、厚生労働省や結核予防会等が主催となり、予防知識の啓発などを行う結核撲滅のための強

調期間です。

当協会としても、テレビスポットやラジオスポット、新聞などで周知を図ってまいります。

この期間に御自分の健康について見直してみたいかがでしょうか。

当協会では、期間中の9月25日(土)に山形市内において普及啓発イベント「みんなで広げよう健康の輪2010」を開催いたします。

結核撲滅・がん征圧の街頭キャンペーンや健康ライブなどの実施を通じて予防知識の啓発を行ってまいります。

長引かせきは、
イエローカード!

9月24日(金) 9月30日(木) は、
結核予防週間です。

公財財団法人結核予防会
http://www.jstphq.org



モンテディオ山形の長谷川悠選手が出演のテレビスポット

シリーズ 「普段からできる健康管理」

栄養編 ～アルコールについて～

お酒のおいしい季節ですが、飲み過ぎてはいませんか？アルコールは意外と高カロリーな飲み物です。「ビール腹」なんて言葉もありますね。みなさんのお話のなかで、「ビールは太ると聞いたけど、焼酎なら太らないから大丈夫」と、ビールを焼酎に切り替えて飲んでいると耳にすることがよくあります。本当のところはどうなのでしょう？…ズバリ、答えはどんなお酒でも、飲みすぎれば太ります！日本酒やビールなど醸造酒といわれるお酒には「アルコール」と「糖分」が含まれています。焼酎やブランデーなどの蒸留酒は、原料を蒸留することで糖分はゼロになるのでエネルギーは「アルコール」分のみとなります。これが、焼酎は太らない神話を生み出したのでしょうか！？蒸留酒は糖分がゼロでもアルコール量（度数）が多いため意外とエネルギーは高いものです。またアルコールが入ると食欲が増しやすく、お酒の種類で太る、太らないというよりも、一緒に摂る食品の影響のほうがはるかに大きいと言えます。例

えば、ビール 500 ml + 焼鳥（皮）2 本 + 揚げ出し豆腐を合計したエネルギーは食事 1 食分に相当します。これだけで済めばいいのですが…。体重、体脂肪などが気になる方は、おつまみや食べ方に意識を置くのも大事です。

★☆☆最後に☆☆なぜアルコールの後は、ラーメンが食べたくなるのか？この悪魔の誘いのワケは…アルコール摂取で体内の代謝に様々な変化が起こることによります。酒のおつまみは油っこいものや揚げ物が多く、摂取エネルギーはしっかりあるのに糖質が少なく、バランスもいまいち。さんざん飲み食いしおしゃべりして、飲み屋を出る頃には血糖値が下がり始めるわけで、脳が糖分が足りないと慌て出し…ラーメン、そば、ご飯もの、アイスクリーム、デザート類へ足が向くのです。でも、少し前を思い出してください！しっかり飲んで食べたはず。その食欲、だまされなくてください！！

（管理栄養士）

● お酒のカロリー ●



● おつまみのカロリー ●



結核予防会出版図書のご案内

結核予防会で出版しております図書・パンフレットをご案内いたします。
詳しくは、予防協会総務課までお問い合わせ下さい。

医師・看護職のための結核病学シリーズ



保健師・看護師の
結核展望95号
1,995円



コッホ現象/多剤耐性結核症
平成22年改訂版
1,260円



第3巻 治療①
平成22年改訂版
1,260円



結核の統計
2009
3,150円
※ 2010年版は 9月に完成予定です



DOTSってなあに
～人が人を治す～
241円



結核?!でも心配しないで
平成21年改訂版
241円

検診センターネットワーク

どちらの検診センターでもお受けいただけます。
お近くの検診センターをご利用下さい。



庄内検診センター



酒田市東町一丁目23-1
TEL.0234-26-1882 FAX.0234-26-2786



最上検診センター



新庄市大手町2-48
TEL.0233-23-3411
FAX.0233-23-3413



山形検診センター・細胞検診センター・事務局



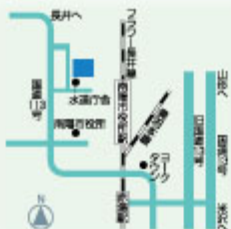
山形市蔵王成沢字向久保田2220
TEL.023-688-6511 FAX.023-688-3734



南陽検診センター



南陽市三光通466-5
TEL.0238-43-8303 FAX.0238-43-6972



米沢検診センター



米沢市西大通 丁目5-88
TEL.0238-21-8811 FAX.0238-21-8812



「しあわせ」第70号
発行所 (財)山形県結核成人病予防協会
発行人 有海 躬行

郵便番号 990-9581
住所 山形市蔵王成沢字向久保田 2220
TEL 023(688)8333