

健康だより

知つておきたい！ 「効率的」ながん検診の受け方

●がん検診について

がん検診は、がんを無症状のうちに早期発見・早期治療し、がんで亡くなることを防ぐ目的で行われています。がん検診には利益・不利益がありますので、がん検診について理解し、適切な方法で受診することが大切です。

●がん検診の利益と不利益

- ・がんによる死亡を防ぐ
- ・早期発見により、治療が軽度で済む
- ・本当にがんがない人が、検診で「異常なし」と診断されることで安心して生活できる
- ・1回の検診で確実に見つかるとは限らない
- ・がんがないのに、がんの疑いあり（精密検査が必要）と判定されることがある
- ・検診や精密検査での医療行為により合併症が起ることがある（内視鏡による出血、バリウムの誤嚥など）

(表1) 国が推奨するがん検診のうち、市で実施するもの

種類	検査項目	受診間隔	対象年齢
胃がん	胃部X線検査	2年に1回※	50歳以上※
大腸がん	便潜血検査	1年に1回	40歳以上
肺がん	胸部X線検査	1年に1回	40歳以上
乳がん	マンモグラフィ	2年に1回	40歳以上
子宮頸がん	細胞診	2年に1回	20歳以上

※当分の間、40歳以上の人も1年に1回検診を受けることができます

- がん検診の適切な受け方とは？
- ・適切な年齢、受診間隔で受ける
- ・気に入る症状がある場合は、がん検診ではなく、すぐに医療機関を受診する

●知つておきたい精密検査のこと
がん検診で最も重要なことは、結果が「要精密検査（がんの疑いあり）」だった場合、必ず精密検査を受けることです。

要精密検査と判定されたからと言つて、必ずしもがんであるというわけではありません。「症状がない」「健康だから」といった理由で精密検査を受けないと、もし自分があつた場合、診断が遅れ、がんが進行する恐れがあります。

(表2) 精密検査の内容

種類	検査項目	診療科
胃がん	胃内視鏡検査	消化器内科
大腸がん	全大腸内視鏡検査など	消化器内科
肺がん	胸部CT検査、気管支鏡検査など	呼吸器内科
乳がん	マンモグラフィの追加撮影、超音波検査、細胞診、組織診	乳腺外科
子宮頸がん	コルポスコープ下の組織診、細胞診、HPV検査など	婦人科

※精密検査は保険診療となります



【よくある質問Q&A】

Q.. 大腸がん検診で、要精密検査の結果となつたのですが、痔からの出血のためだと思います。翌年の検診で再び要精密検査になつたら医療機関を受診しても良いですか。

A.. 大腸がんからの出血は間欠的（毎日出血するわけではない）です。来年度の検査で偶然、出血がなく陰性（精密検査不要）の結果であつた場合、さらにがんの発見が遅れることになるため、翌年度の検査を待たずに必ず精密検査を受診することが大切です。

●精密検査で「異常なし」だった

がんの早期発見のため、今後も適切な間隔でがん検診を受診してください。気になる症状が現れた場合は、次回の検査を待たず、すぐ医療機関を受診してください。



●近くの検診会場には、地域の保健推進員がいます！



▲がん検診会場の保健推進員の様子

市では、市民の健康の保持増進を図るために、保健活動の推進役となる「保健推進員」が地域で活躍しています。がん検診では、会場での誘導や声掛けにより、受診者の皆さんのが円滑に受診できるようサポートをしています。

その他、自治会との健康教室や市イベント会場での健康相談を実施しています。ぜひ参加ください。



▲表彰された皆さん

事業所対抗

「1週間健康づくり スマールチャレンジ事業」表彰

この取り組みは、1週間「歩数測定」「血圧測定」「食生活チェック」「体重（体脂肪）測定」「塩分測定」を事業所内で声を掛け合いながら取り組むことで、働き世代の健康づくりへの意識を高めることが目的です。本年度は、市内14事業所で184人が参加し、令和7年12月19日に市役所で成績上位の団体と個人を表彰しました。

合同会社ありがとう（にこにこリハビリデイサービス）さんの受賞コメント

この結果は全員で積み上げた努力の結晶です。お互い声を掛け合い、支え合いながら挑み続けた時間が最高の形で報われてとても嬉しいです。

充実した1週間でした。日々の運動を継続していきたいです。

団体の部

賞	事業所名
最優秀賞	合同会社ありがとう (にこにこリハビリデイサービス)
優秀賞	つばめ幼稚園 保育園部
優良賞	市保育協会 ふうりん保育園

個人の部（男性部門）

※敬称略

賞	氏名（所属事業所名）
第1位	まつかわ やすあき 松川 恭明（株式会社ゴーイング・ドットコム岩手研究所）
第2位	くまがい けんや 熊谷 賢也（ふうりん保育園）
第3位	ふかざわ ひさお 深澤 壽夫（ふうりん保育園）

個人の部（女性部門）

※敬称略

賞	氏名（所属事業所名）
第1位	ささき うづき 佐々木 卵月（川前保育園）
第2位	たかはし みなこ 高橋 美奈子（合同会社ありがとうにこにこリハビリデイサービス）
第3位	はりま りょうこ 播磨 良子（ハレルヤ保育園）

●問い合わせ 健康づくり課（☎ 656－6527）