

# みんなで知ろう! 考えよう! 「がん」について

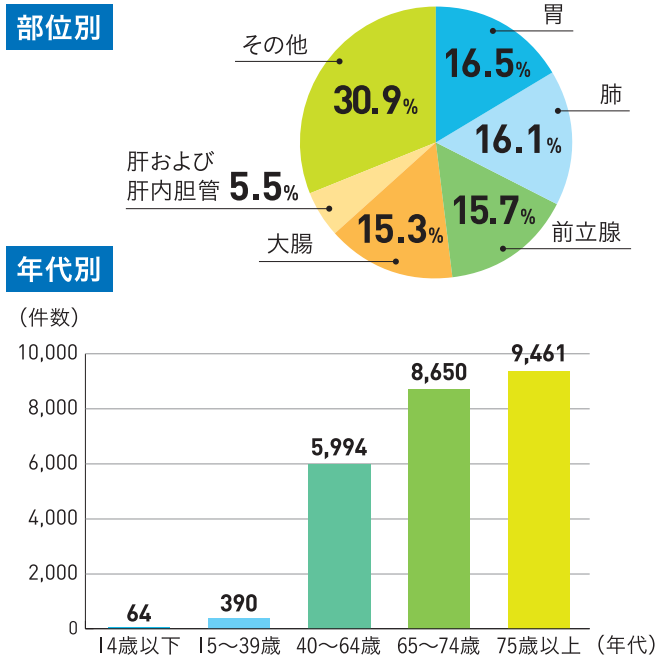
日本人の2人に1人が、一生に一度は「がん」に罹り、その半分ほどが治る時代となっています。「がん」の治療のため、仕事をもちながら通院している方も増えています。仕事を続けるためには、職場での理解や協力が不可欠になります。

誰もが罹る可能性がある「がん」について、それぞれが知識を持つとともに、自分になった場合のことも考えてみましょう。

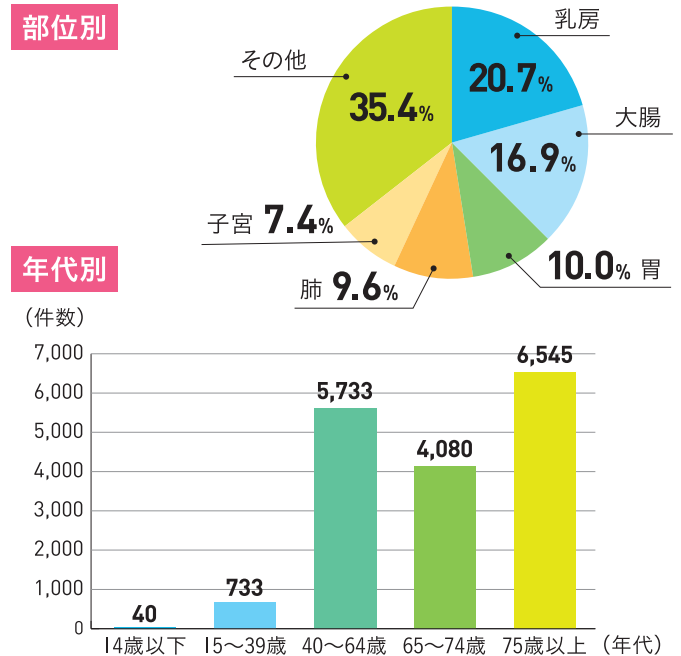
## 「がん」に罹る人はどのくらいいるの? ～部位別、年代別～

- 愛知県では、毎年4万人を超える方が「がん」の診断を受けています。【男性24,559件、女性17,131件(愛知県のがん登録(平成24年))】
- 部位別では、男性は「胃」、「肺」、「前立腺」、女性は「乳房」、「大腸」、「胃」の順に多くっており、年代別では、高齢者ほど多いものの、働き盛りの40代から「がん」に罹る方が増えます。

### ● 愛知県におけるがんの罹患状況(男性(平成24年))



### ● 愛知県におけるがんの罹患状況(女性(平成24年))



## 2 「がん」の種類と治療方法 ～代表的な「がん」～

- 「がん」には様々な種類があり、種類や進行度等に応じて、「手術」、「薬物療法(化学療法)」及び「放射線治療」を単独あるいは組み合わせて治療します。

がんの種類	内 容
胃がん	胃壁の最も内側にある粘膜内の細胞が何らかの原因でがん細胞となって発生、増殖していきます。
肺がん	気管、気管支、肺胞の細胞が正常な機能を失い、無秩序に増えることにより発生します。
大腸がん	大腸粘膜のあるところではどこからでも「がん」ができますが、日本人ではS状結腸と直腸が大腸がんのできやすい部位になります。
子宮がん	外子宮口付近に発生することが多い子宮頸がん、子宮内膜から発生する子宮体がんがあります。
乳がん	乳管から発生する乳管がんや小葉から発生する小葉がん等があります。

治療方法	内 容
手 術	がんを外科的に切り取る治療です。近年では、内視鏡の手術等により身体への負担を減らすこともできるようになってきています。
薬物療法(化学療法)	抗がん剤には飲み薬や注射薬があります。抗がん剤、ホルモン剤等の薬を用いて行う治療で、手術で取れないがんの治療や再発防止等を目的に行われます。通院治療が多くなってきています。
放射線治療	放射線を用いて、局所的に行う治療です。臓器を温存したまま治療ができ、通院治療が増えてきています。

### 3 「がん」の予防をしよう！～健康的な生活習慣～

- 生活習慣を改善することで、多くの「がん」を予防できると考えられています。
- 将来「がん」になりにくくするため、健康的な生活習慣を身につけましょう。

項目	大人のがん予防法
喫煙	●たばこを吸わないようにしましょう。 ●他人のたばこの煙をできるだけ避けましょう。
飲酒	●節度ある飲酒をしましょう。(日本酒なら1合、ビールなら大瓶1本程度) ●飲まない人、飲めない人は無理に飲まないようにしましょう。
食事	●偏らず、バランスのよい食事をしましょう。 ●塩分は控えめに、野菜や果物不足にならない、熱い飲みものはとらないようにしましょう。
身体活動	●歩行などの身体活動を1日60分行いましょう。 ●息がはずみ、汗をかく程度の運動は1週間に60分程度行いましょう。
体形	●成人期での体重を適正な範囲にしましょう。 ※BMIは体重(キログラム)÷身長(メートル)の2乗 中高年期男性: BMI21～27 中高年期女性: BMI21～25
感染	●肝炎ウイルス検査を受け、感染している場合は、専門医の治療を受けましょう。 ●機会があればピロリ菌感染検査を受け、感染している場合は、主治医に相談しましょう。

出典 国立がん研究センター がん対策情報センター「がん情報サービス」

### 4 「がん」の早期発見 ～がん検診を受けよう！～

- どんなに生活習慣に気をつけても「がん」を100%防ぐことはできません。
- しかし、早期発見し、治療すれば、ほぼ9割は治ります。このため、がん検診を受診することが重要になります。  
(「がん」は早い段階では体に症状が現れないことがほとんどです。)

#### ●がん検診の流れ



#### ●検診の種類【厚生労働省「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」に定めるがん検診】

検診の種類	検診方法	対象年齢	受診間隔
胃がん検診	胃X線検査※ 又は胃内視鏡検査	50歳以上	2年に1回
大腸がん検診	便潜血検査	40歳以上	年1回
肺がん検診	胸部X線検査、喀痰(かくたん)細胞診検査	40歳以上	年1回
乳がん検診	マンモグラフィ	40歳以上	2年に1回
子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診、視診・内診	20歳以上	2年に1回



県民の健康づくりを応援する  
イメージキャラクター  
「エアフィー」

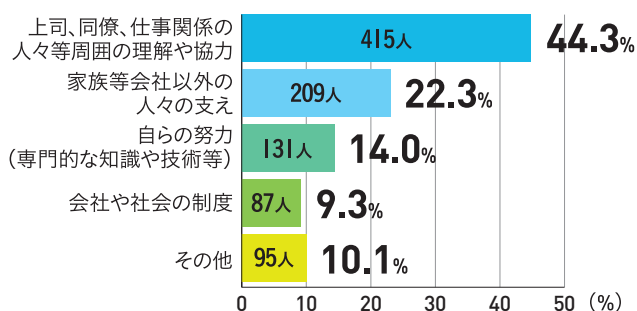
※「胃がん検診」の胃X線検査については当分の間40歳以上について実施可(年1回実施可)

### 5 「がん」になっても働き続けられるよう、みんなで支えましょう！

- 「がん」治療のため、仕事をもちながら通院している方が増えています。【男性14.4万人、女性18.1万人(厚生労働省「国民生活基礎調査」特別集計(全国、平成22年))】
- 「がん」になっても仕事が継続できた一番大きな理由は、「周囲の理解や協力」となっており、みんなで「がん」になっても働き続けられるよう職場環境づくりに取り組みましょう。

#### ◆仕事が継続できた一番大きな理由

2013がん体験者の悩みや負担等に関する実態調査(回答者数937人)



#### ◆「がん」診断時からの仕事に関する悩み

2013がん体験者の悩みや負担等に関する実態調査(回答者数3,669人)複数回答可

