

ご存じ
ですか？

日本人の2人に1人が 「がん」になっています！

がんの原因になること



喫煙・たばこの煙（がん全般）



過度な飲酒（大腸がん、胃がん、乳がん）



太り過ぎ・痩せすぎ（がん全般）



偏った食生活、塩分過多、野菜・果物不足
（胃がん、大腸がん、肺がん）



運動不足（大腸がん、胃がん、乳がん）



菌やウイルス（胃がん、子宮頸がん、肝がん）

がんになるリスクを
減らすために、
生活習慣を
見直しましょう！

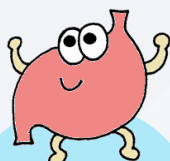


がん予防の情報を
発信中！

大津市が実施するがん検診



大腸がん
40歳以上
年1回



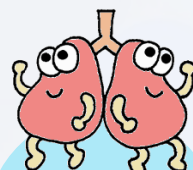
胃がん
50歳以上の
偶数年齢
2年に1回



乳がん
40歳以上女性
2年に1回



子宮頸がん
20歳以上女性
2年に1回



肺がん
40歳以上
年1回

早期発見により5年生存率が90%以上に！

初期は症状がないことがほとんどです。早期発見のため定期的に検診を受けましょう！

大津市内の病院では**1日で複数のがん検診**を組合せて受診することが可能です

- 大津赤十字志賀病院…（肺＋大腸＋子宮頸＋乳）
- 琵琶湖大橋病院…（乳※＋大腸）、（胃※＋大腸）※午前中
- 大津赤十字病院…（肺＋大腸）＋（子宮頸または乳）
- 大津市民病院…（肺＋大腸＋胃＋子宮頸＋乳）
- JCHO滋賀病院…（肺＋大腸＋胃＋子宮頸＋乳）



☆受診できる組み合わせ・曜日については、予約時にご相談ください。
☆後日、検診結果を受け取りに行く必要があります。

大津市がん検診等
のご案内

2月4日は 「大津市がんについて考える日」

TAC(Think About Cancer)～がんについて考えよう～

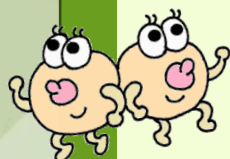
大津市では、毎年2月4日を「大津市がんについて考える日」としています。
2月4日には、がんについて考え、自分にできることを思い描いてみましょう。
「自分がんになったら」、「家族・友人・職場の人ががんになったら」、何かできそうですか？

「がん予防を意識して生活習慣を見直す」、「がん検診を予約する」、「がんの人に自分ができるサポートを考える」など、今からできることが見つければ、ぜひ行動を始めてみましょう。



がんを防ぐための新12か条

- 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 野菜や果物は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 (※①)
- 10条 定期的ながん検診を (※②)
- 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 (※③)



参考：公益財団法人がん研究振興財団

がんは、多数の要因が複雑に重なり合って、長い時間がかかって発生する病気です。
『これさえ すれば/食べれば/飲めば 絶対にがんにならない』という画期的な方法
はありません。『がんを防ぐための新12か条』を目安に目標を立てて、**毎日の生活習慣**
をコツコツ改善していきましょう。

①

HPVワクチン
予防接種
(小6～高1の
女性対象)



B型肝炎
予防接種
(乳児対象)



肝炎ウイルス
検診
(早期発見・早期治療)



胃がんリスク
検診
(対象者はピロリ菌
の除菌)



②

大津市
がん検診等
のご案内



③

大津市
がんに関する
情報サイト



【作成】大津市保健所健康推進課

令和8年8月