

がん検診で『自分を守る』

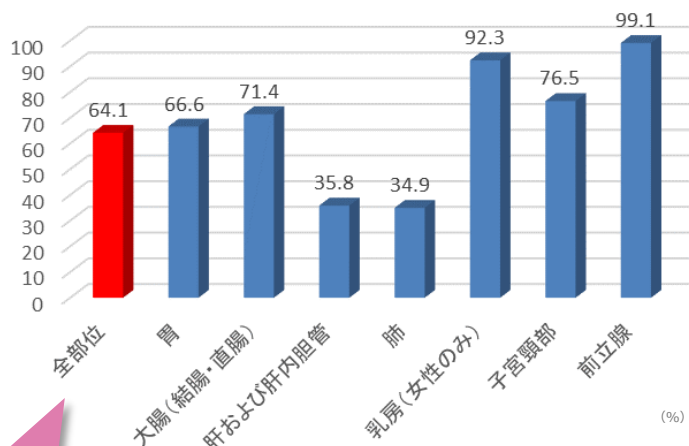
あなたは、がんに対してどんなイメージを持っていますか？まだまだ多くの方が、「こわい病気」「治療が長くて辛い」「不治の病」などのイメージを持っているのではないのでしょうか。

医療の進歩により、現在は、**がん全体の「5年生存率（がんが治癒した目安）」は約6割**になっています。さらに、自覚症状がない早期に発見・治療できた場合、治療が軽く・短期間で済む上に、「5年生存率」は、約9割を超えています。

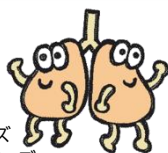
元気に生活しているあなたが、自覚症状がない早期にがんを発見するためには、定期的に検診を受けることが肝心です。「今は自覚症状がないから」、「仕事や用事で忙しいから」と、早期発見のチャンスを逃してはもったいない!!

あなたをがんから守るのは、あなた自身です!

地域がん登録によるがん生存率データより
(1993年～2011年診断例) (5年生存率)



出典: 全国がん罹患モニタリング集計 2009-2011 年生存率報告 (国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター, 2020)
独立行政法人国立がん研究センターがん研究開発費「地域がん登録精度向上と活用に関する研究」平成 22 年度報告書



検診フレンズ
ハイハイブラザーズ



検診フレンズ
きゅうちゃん

がん全体の5年生存率は
60%を超えている

毎日の生活から始める『がん予防』

がんは、多数の要因が複雑に重なり合っ、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。

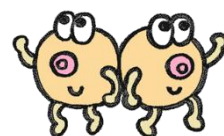
がんを防ぐための新12か条を目安に目標を立てて、毎日の生活習慣をコツコツ改善していきましょう。

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
- 10条 定期的ながん検診を
- 11条 身体の異常に気がついたら、すぐに受診を
- 12条 正しいがん情報ががんを知ることから



検診フレンズ
胃の助



検診フレンズ
ちっち・にゅーにゅ



検診フレンズ
快腸さん

参考: 公益財団法人がん研究振興財団

大津市
がん検診等
のご案内



Let's Go!
がん検診

大津市保健所健康推進課 (☎528-2748)

大津市
がんに関する
情報サイト

