

がんは身近な病気です。
こまめな検診で
早期発見に努めましょう。



公益財団法人
長野県健康づくり事業団
長野健康センター所長
医師 熊谷信平 先生

Q. 今、日本人はどれくらいのがんにかかるの？

生涯でがんになる確率は男性62%、そして女性は47%で、2人に1人はがんになると言われています。1985年以降、がんになる人は増加傾向にあり、年間100万人近くとなつていきます。がんの死亡者数も1985年と比べて約2倍に増加。これはおもに高齢化の影響です(高齢になるほど、がんにかかりやすい)。

Q. 働き盛り世代がかかりやすいがんは？

40歳代から、男性は胃・大腸・肝臓といった消化器系のがん、女性は乳がん、子宮がん、卵巣がんです。がんになっても必ず死に至るわけではなく早期に見つかれば多くの場合は治ります。また治療法の進歩した現在では再発などしても、がんの治療を受けながら仕事をし、日常生活を過ごしている方はた

くさんいます。

Q. がんを予防するには？

残念ながらがんを完全に予防することはできません。しかし生活習慣を改善することが予防への第一歩と言えるでしょう。普段の生活の中で5つの健康習慣を実践することが、がんにかかるリスクを約40%減らすというデータも出ています。また、がん検診を定期的に受けるとがんでの死亡リスクは低くなります。がんでかけがえのない命を落とさないためには、健康習慣の実践とがん検診の受診がとても大切です。

次回は引き続き
生活習慣の改善
(5つの健康習慣の実践)、
がん検診の種類について
もう少し詳しく
教えてください！



日本人が
かかりやすいがん

男性



- 1位 胃がん
- 2位 大腸がん
- 3位 肺がん

女性



- 1位 乳がん
- 2位 大腸がん
- 3位 胃がん

(2018 年がん罹患数予測 国立がん研究センター)