協会けんぽの医療費（がん編）

長寿時代、がんは身近な病気です

秋田の医療費シリーズ（令和5年度）

Vol. 3

ここがPoint

秋田県のがん死亡率は２６年連続ワースト１位･･･

●人口10万人あたりの傷病別死亡率●

	全国	秋田
悪性新生物	315.6	437.5 （1位）
心疾患	190.7	237.6 （11位）
脳血管疾患	86.2	173.4 （1位）

出典：令和5年度人口動態統計（厚生労働省）

厚生労働省発表の人口動態統計によると、令和5年度の全国の死亡者原因のトップは悪性新生物（いわゆる“がん”）で総死亡率の３割を占めており、**秋田県のがん死亡率は残念ながら２６年連続ワースト１位**となっています。

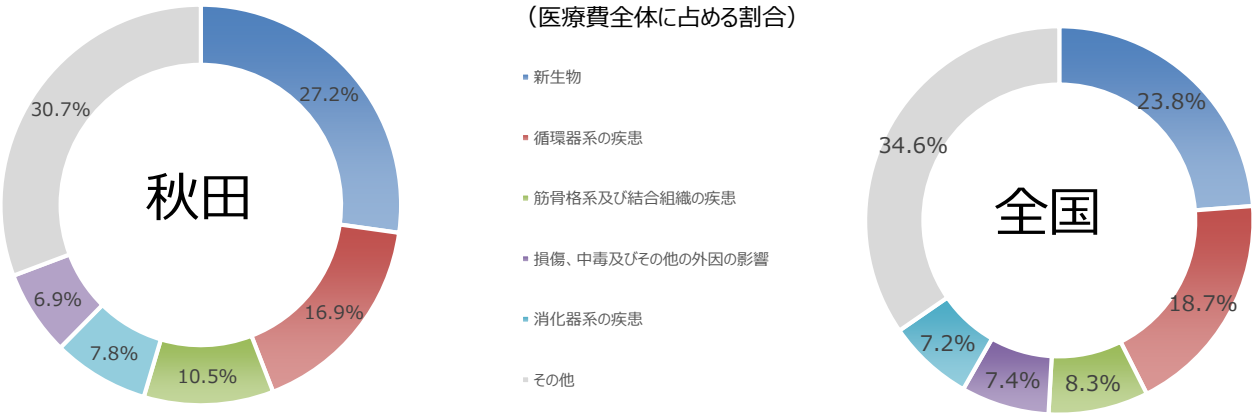
ここがPoint

秋田支部は、特に肺がんの医療費が高い

●協会けんぽ医療費のうち、主ながん疾病（入院）●

傷病名	全国	秋田	傷病名	全国	秋田
胃の悪性新生物	1.0%	**1.5%**	乳房の悪性新生物	1.6%	1.5%
結腸の悪性新生物	1.4%	**1.8%**	子宮の悪性新生物	1.0%	0.9%
直腸の悪性新生物	1.2%	**1.9%**	悪性リンパ腫	1.7%	**2.4%**
肺の悪性新生物	2.2%	**2.6%**	その他の悪性新生物	7.2%	**8.7%**

協会けんぽ医療費の上位5疾病（入院）
（医療費全体に占める割合）



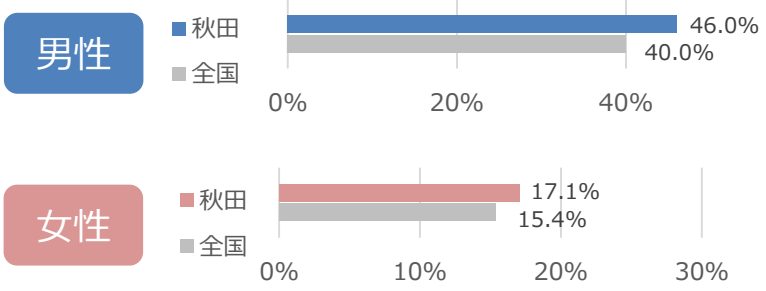
出典：令和5年度協会けんぽレセプトデータ

協会けんぽ加入者の医療費を見ると、がんは全国的に入院医療費のトップの疾病ですが、秋田は更に医療費に占める割合が高くなっています。なかでも、**肺の悪性新生物や悪性リンパ腫にかかる医療費が高い状況**となっています。

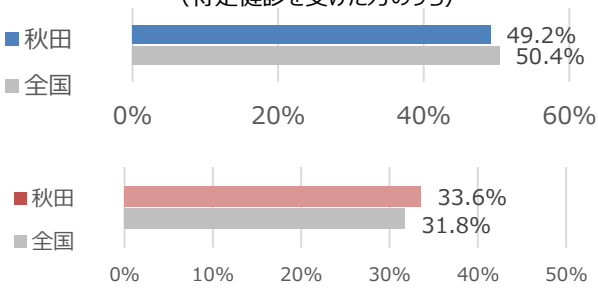
ここがPoint

秋田支部の男性は喫煙、女性は肥満にご注意を！

● **喫煙率**（特定健診を受けた方のうち） ●

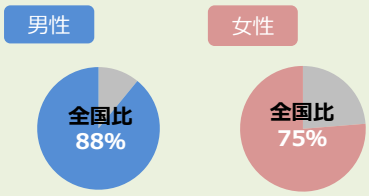


● **20歳時の体重から10kg以上増加した人の割合** ●
（特定健診を受けた方のうち）

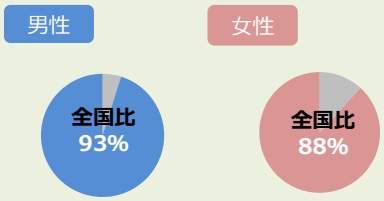


● **運動量調査**（特定健診を受診した方のうち） ●

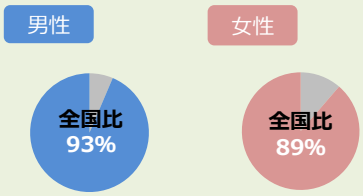
1回30分以上の運動を週２回以上、
1年以上実施している人の割合



1日1時間以上の歩行または
同等の身体活動をしている人の割合



歩く速度が速い人の割合



出典：特定健診、特定保健指導分析データ報告書（2023年速報データ）

がんの原因の多くは運動不足やたばこ、飲酒、食事などの生活習慣にかかわるものです。秋田支部の加入者は全国と比較すると**運動不足の傾向があり、なおかつ、男性は全国より喫煙率が高く、女性は体重増加の傾向にあります。**がんの予防には、生活習慣を見直すことが大切です。

健康づくりのアドバイス

疾病の原因となる各種リスクは、生活習慣の見直しで改善することができます。加入者の皆さま一人ひとりがご自分の体を管理することが秋田の医療費適正化に繋がります。

がんの最大の原因は、細胞の老化にあります。
バランスの取れた食事と適度な運動で「若さを保ち」、がんを予防しましょう。



がんを防ぐための12か条

国立がんセンターが発表している、日常のなかで「できるだけがんの原因を追放していく」ためのチェックリストです。

- ☐ たばこは吸わない
- ☐ 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- ☐ お酒はほどほどに
- ☐ バランスのとれた食生活を
- ☐ 塩辛い食品は控えめに
- ☐ 野菜や果物は不足にならないように
- ☐ 適度に運動
- ☐ 適切な体重維持
- ☐ ウイルスや細菌の感染予防と治療
- ☐ 定期的ながん検診を
- ☐ 身体の異常に気がついたら、すぐに受診を
- ☐ 正しいがん情報でがんを知ろう

全国健康保険協会 秋田支部
協会けんぽ
〒010-8507　秋田市旭北錦町5-50　シティビル秋田2階
電話：018-883-1800　FAX:018-883-1451