

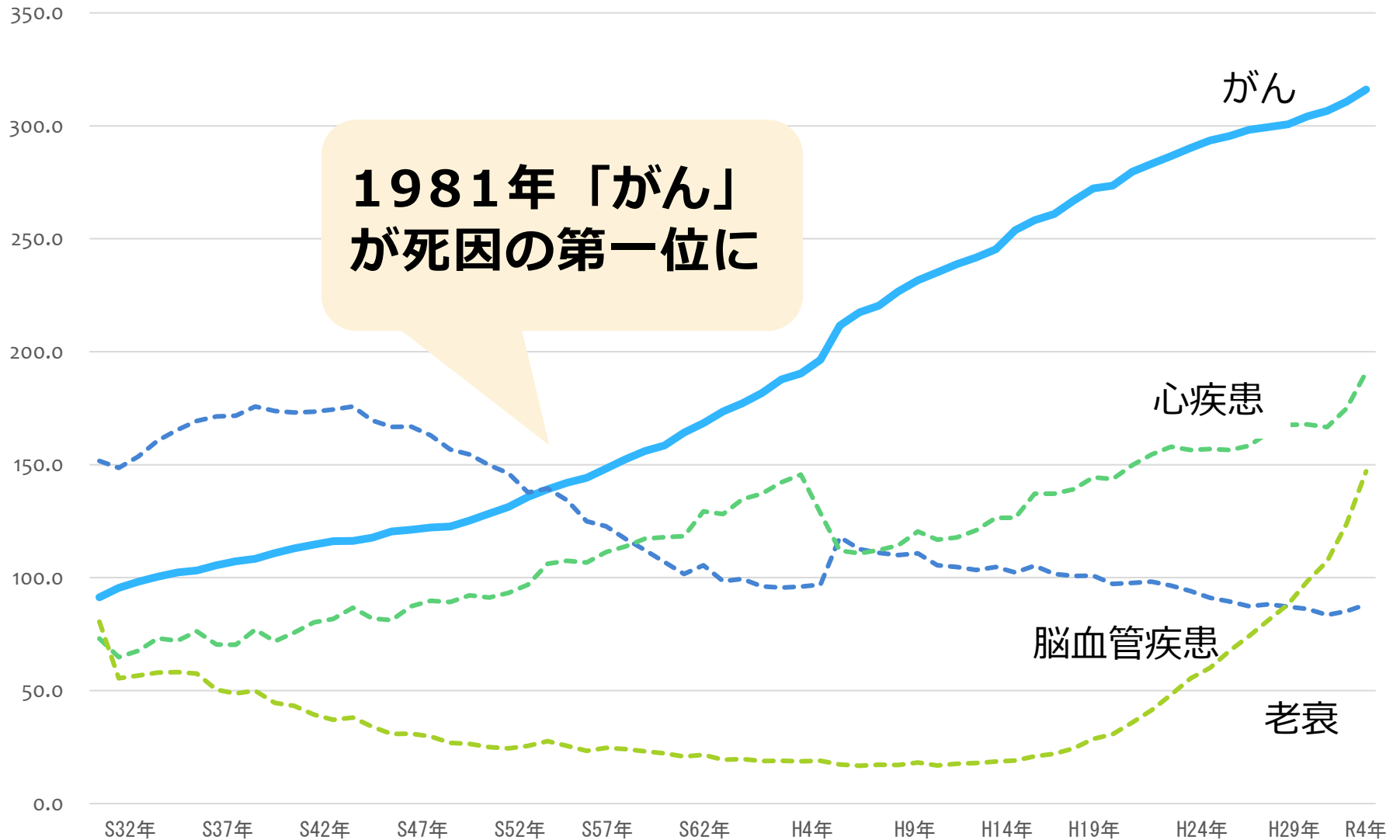
令和8年度健康保険委員研修資料 大阪府のがん対策について

～ 元気でも
「もしも」のためです
がん検診 ～

大阪府健康医療部健康推進室健康づくり課
生活習慣病・がん対策グループ



日本人の死因別死亡率の推移



年齢ごとの死亡原因でみると・・・

	第1位	第2位	第3位
20歳代	自殺	不慮の事故	悪性新生物
30歳代	自殺	悪性新生物	心疾患
40歳代	がん (悪性新生物)	自殺	心疾患
50歳代	がん (悪性新生物)	心疾患	自殺 脳血管疾患
60歳代	がん (悪性新生物)	心疾患	脳血管疾患
70歳代	がん (悪性新生物)	心疾患	脳血管疾患
80歳代以上	がん (悪性新生物)	心疾患	脳血管疾患 老衰

がんになる
確率

がんで死亡する
確率

生涯では
62.1 %

生涯では
25.1 %

2人に1人が
“がん”になる

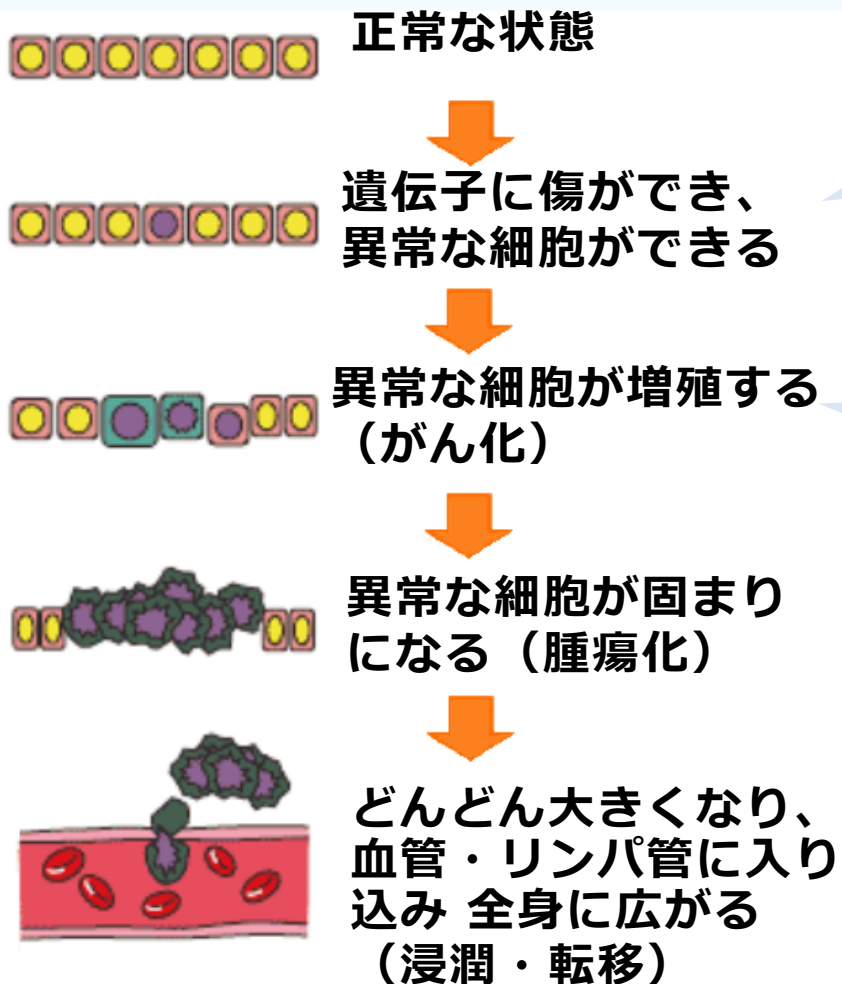
男性の4人に1人
女性の6人に1人
が“がん”で死亡

生涯では
48.9 %

生涯では
17.5 %

1年間の死亡者数 1 5 6 万人
うち、“がん”での死亡
約 3 8 万人

がんとはどんな病気なのでしょうか？



がん細胞ができて、体内では
免疫という仕組みが働き、
がん細胞を取り除いてくれます。

しかし、その仕組みを**すり抜けた**
異常な細胞がドンドン増え続け
ると…

体の正常な部分を壊したり、血管や
リンパ管の中に入り込み全身に広が
り、体を弱らせてしまうことがあり
ます。

これが**“がん”**という病気です。

日本人における部位別にみたがんの危険因子

	胃	大腸	肝臓	肺	乳房	子宮 頸部	子宮 体部
確実	喫煙 ピロリ菌 感染	多量飲酒	多量飲酒 肝炎ウィル ス感染	喫煙	閉経後の 肥満	喫煙 HPV感染	
ほぼ 確実	塩分	肥満 運動不足	喫煙 肥満 糖尿病	受動喫煙 職業性 アスベスト			
可能性 あり	穀類	喫煙 加工肉 赤肉			喫煙 運動不足 授乳なし		肥満 糖尿病
データ 不十分	飲酒 肥満			運動不足 肥満 飲酒	多量飲酒 閉経前の 肥満		喫煙

出典：国立がん研究センター社会と健康研究センター

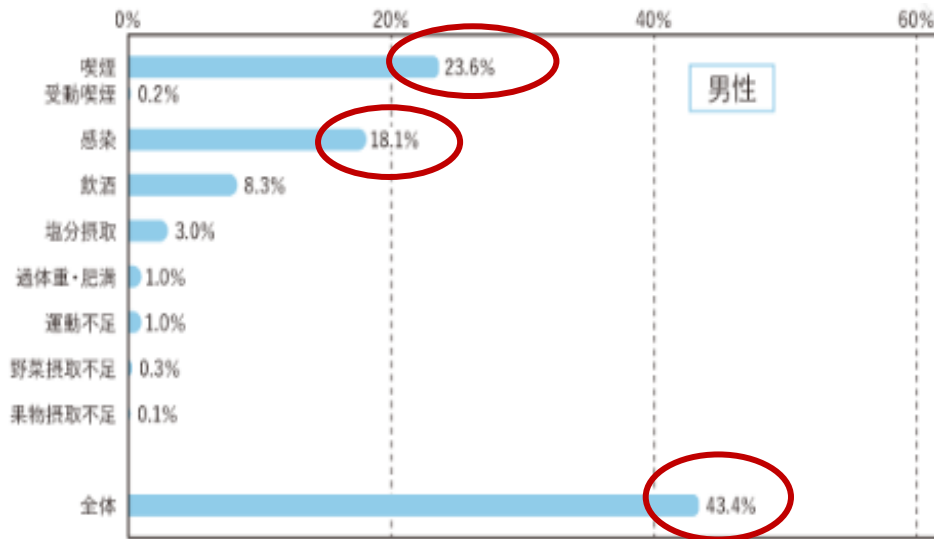
ずっと喫煙している人でも、禁煙の効果は？

遅すぎることはありません！！ 早くやめるほど、
がんやその他の疾病になる確率を減らせます。

最後のタバコから**20分以内**で、**身体は修復**を始めます！！

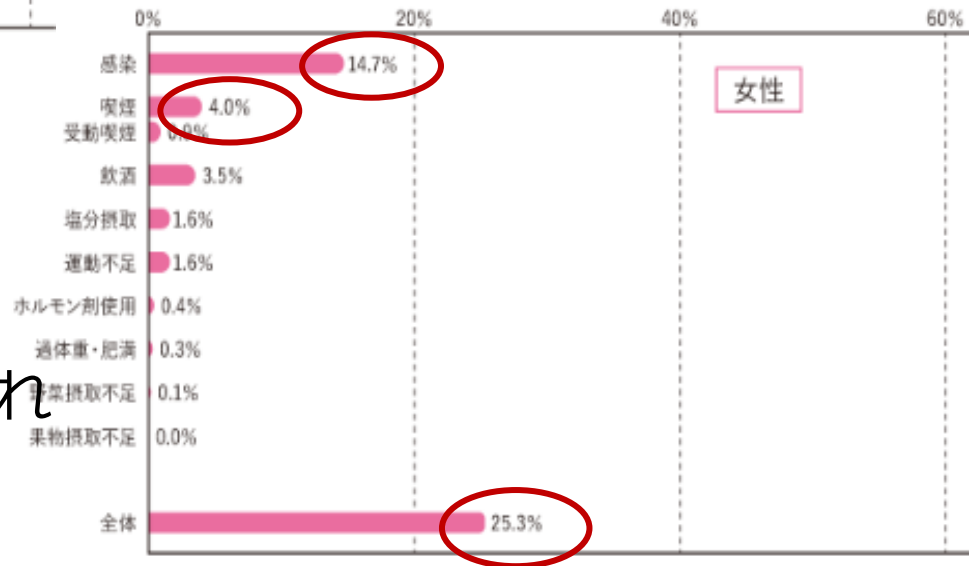
短期	20分後	血圧が、タバコを吸う前に近いレベルにもどる。
	24時間後	心臓発作の確率が減る。
中期	3ヶ月以内	循環器系が改善し、肺機能が30%程度増加する。
	1-9ヶ月以内	咳、鼻閉、疲労、息切れが減少する。
長期	5年後	脳卒中のリスクが、非喫煙者のレベルまで下がる。
	10年後	肺がんの死亡率が、吸い続ける人の半分になる。
	15年後	冠動脈疾患のリスクが非喫煙者のレベルまで下がる。

日本人におけるがんの要因



出典：国立がん研究センター
がん情報サービス

男性のがんの43.4%、
女性のがんの25.3%が、
ここにあげた生活習慣や感染が
原因で“がん”となったと考えられて
います。

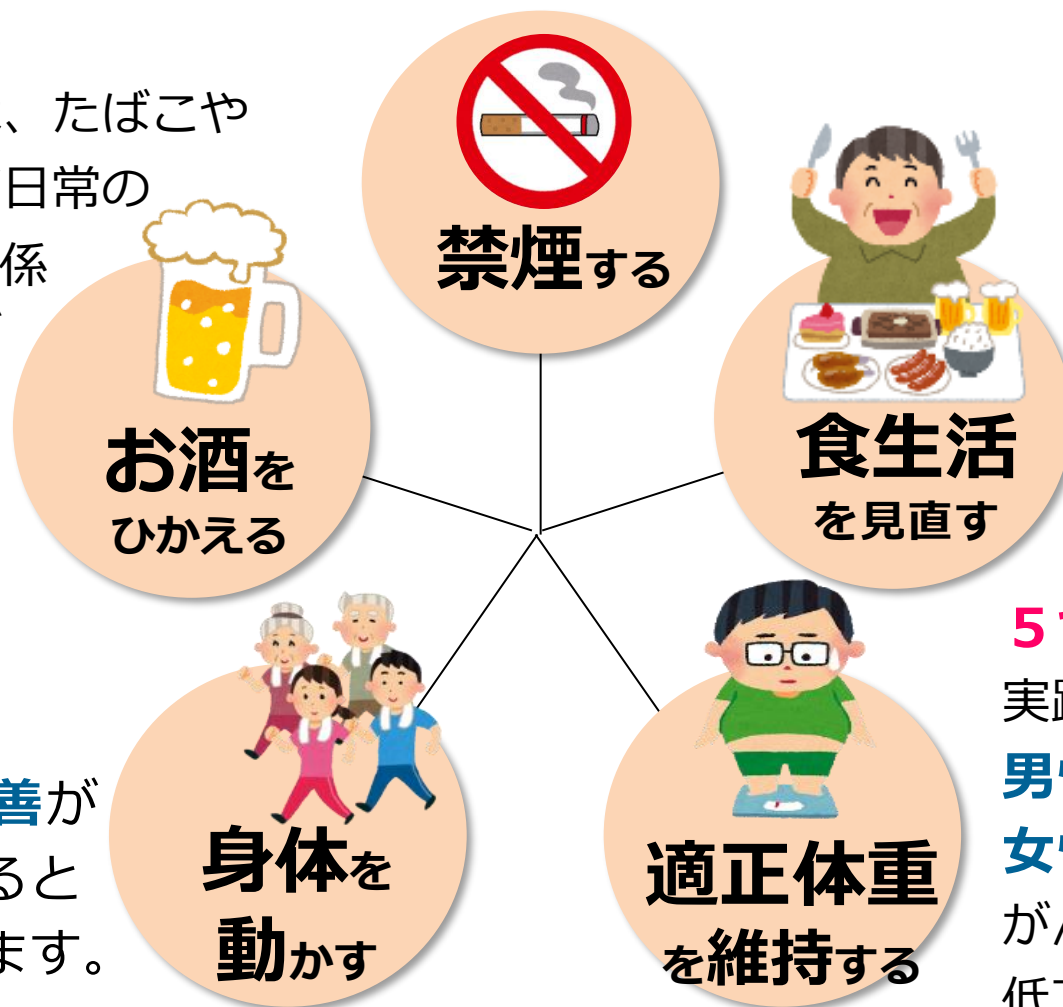


生活習慣の改善でがんを予防しよう

出典：国立がん研究センター
がん対策研究所

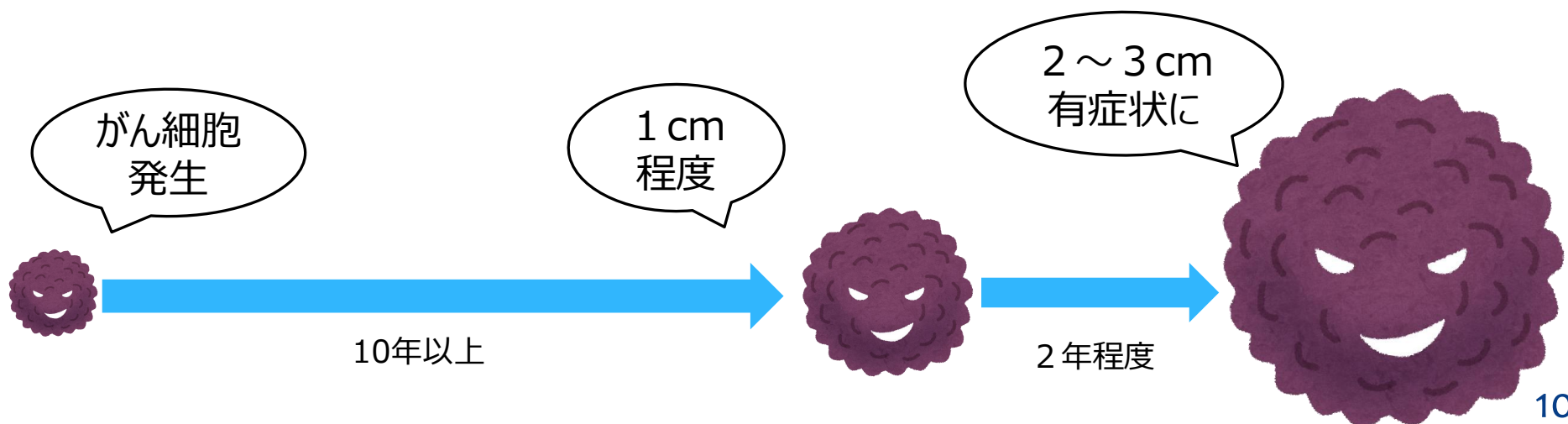
がんの原因には、たばこや
飲酒、食事など日常の
生活習慣が関係
していることが
明らかになっ
ています。

多くのがんは、
生活習慣の改善が
予防につながると
考えられています。



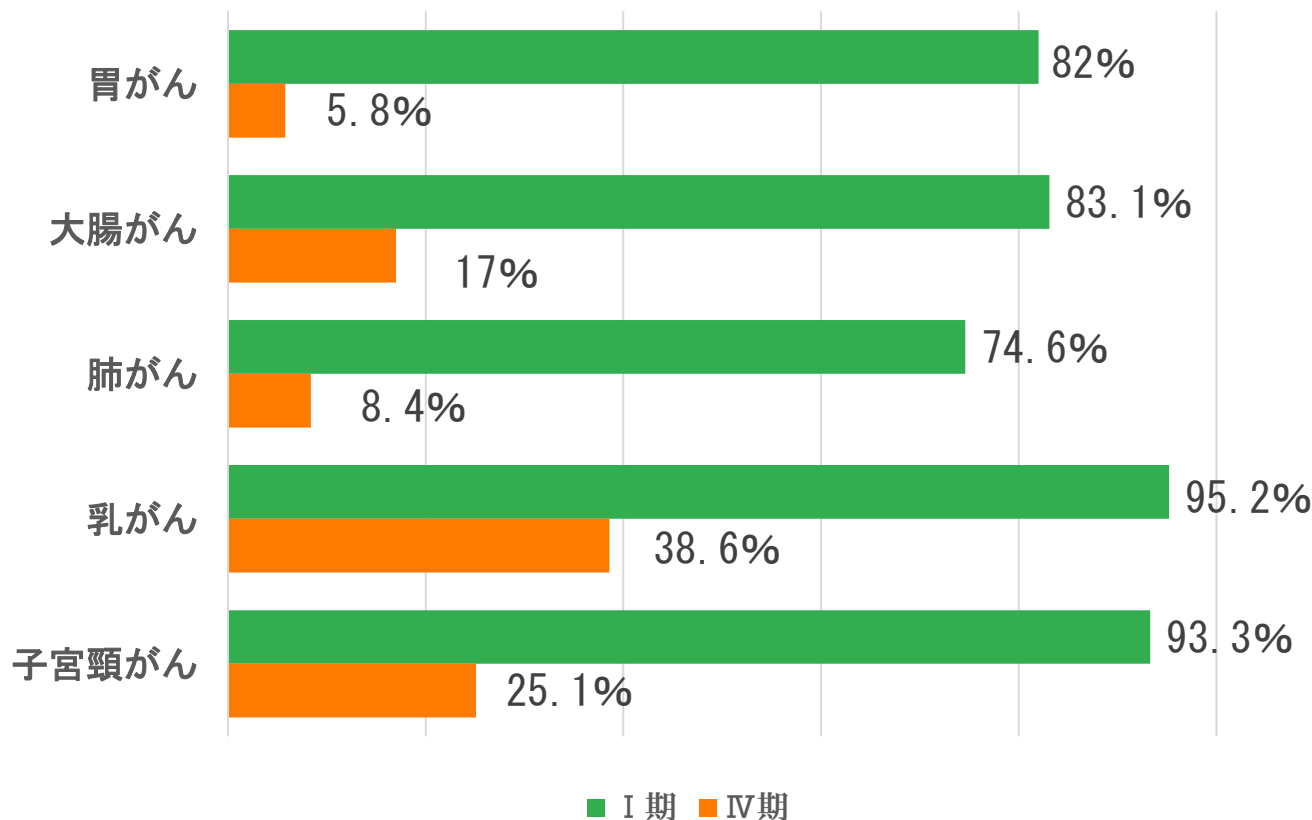
5つの生活習慣を
実践することで、
**男性で43%、
女性で37%**
がんになるリスクが
低下します。

- 1個のがん細胞ができて成長し、**早期がん程度**になるのに一般的に **10年以上** かかると言われています。
- がんは、**大きくなればなるほど成長が早く**なります。
- がんは、**約2～3cm**の大きさに成長するといろいろな症状が出てきます。



早期がんと進行がん

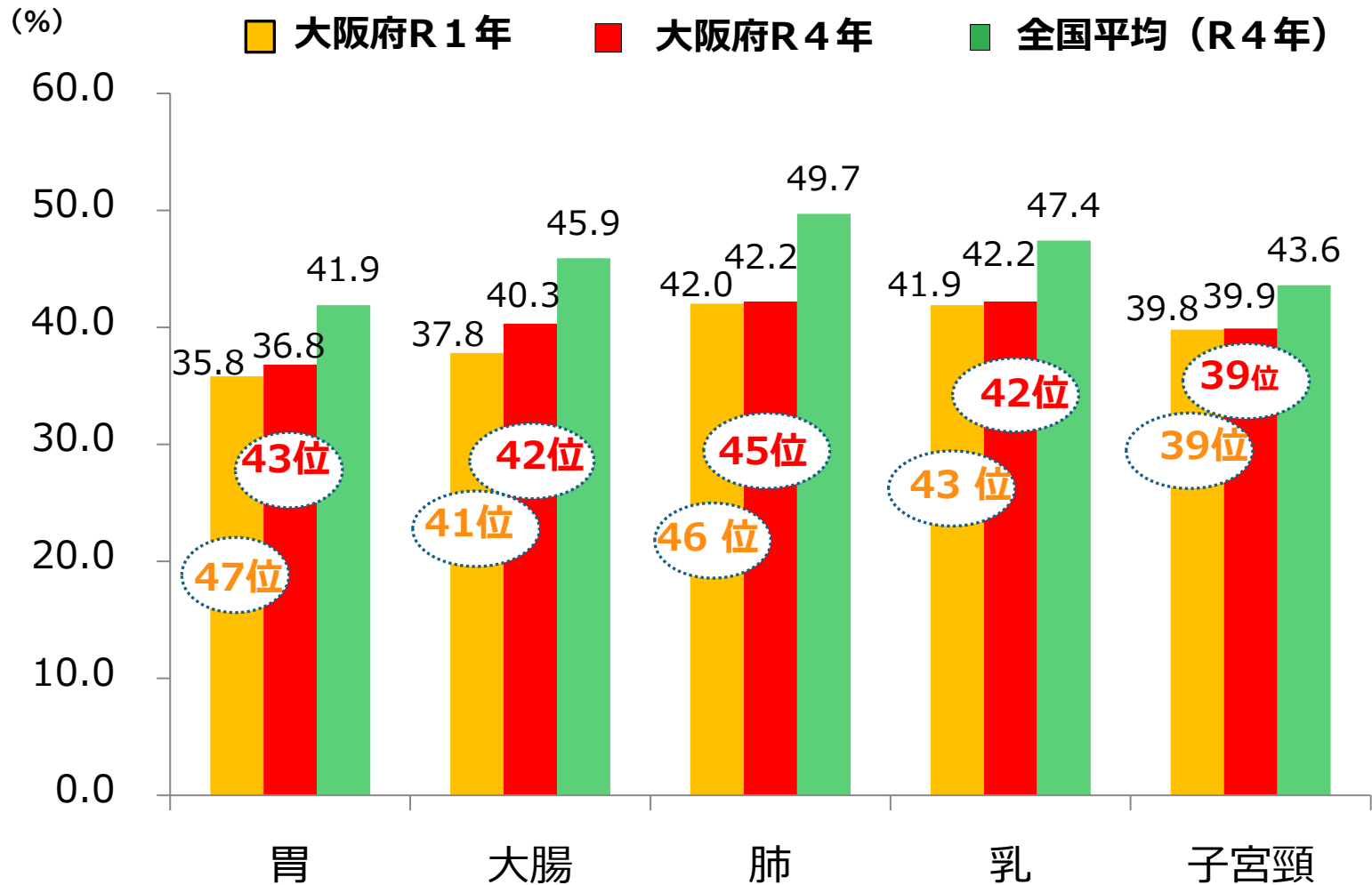
5年実測生存率で比較すると…



早期がん
(どこにも転移して
いない“がん”) で
見つかったら、生存率
がとても高いのね！



大阪府がん検診受診率及び全国順位



出典：国民生活基礎調査

がん検診で早期発見！

厚生労働省が「科学的根拠に基づいて効果がある」として勧めているがん検診

がんの種類	対象年齢と受診頻度
胃がん(X線検査)※1	50歳以上（2年に1回）
胃がん(内視鏡検査)	50歳以上（2年に1回）
大腸がん	40歳以上（1年に1回）
肺がん	40歳以上（1年に1回）
乳がん	40歳以上（2年に1回）
子宮頸がん※2	20歳以上（2年に1回）

※1 胃がん(X線検査)については、1年に1回実施可、40歳代に対し実施可。

※2 HPV検査単独法が導入開始、5年に1回、30歳以上に対し実施可。

がん検診を受診できるところは？

会社が実施
するがん検診を
受診



勤務する会社の
検診メニューを確認する。
担当部署に問い合わせる。

市町村が実施
するがん検診を
受診



お住まいの市町村の
HP・広報を見る。
がん検診担当部署に
問い合わせる。

市町村が実施 するがん検診



健活10とは | 健活ニュース | イベント情報 | けんしん | 食育通信 | 健康経営 | 健活会議 | 健活デー

★検診はどこで受けられるの？費用はいくらくらい必要？

お住まいの市町村・職場での検診、人間ドックなどで受けることができます。市町村が実施しているがん検診を受診する場合、検診費用の一部を負担してもらえらるため自己負担額が安くなります（無料の場合もあります）。

詳しくは自治体のホームページで確認を。

市町村名 (がん検診ページへ)	検診予約システム
大阪市	集団検診予約はこちら
堺市	集団検診予約はこちら
岸和田市	
豊中市	
池田市	集団検診予約はこちら
吹田市	集団検診予約はこちら
泉大津市	集団検診予約はこちら
高槻市	集団検診予約はこちら
八尾市	集団検診予約はこちら

市町村名 (がん検診ページへ)	検診予約システム
羽曳野市	
門真市	
摂津市	集団検診予約はこちら
高石市	集団検診予約はこちら
藤井寺市	
東大阪市	
泉南市	
四條畷市	

健活10 けんしん 検索

検 診	自己負担額(目安)
胃がん (X線)	1,000円程度
(内視鏡)	2,000円程度
大腸がん	500円程度
肺がん (X線)	500円程度
乳がん	1,000円程度
子宮頸がん	500 円程度

会社（健保組合等）が実施
するがん検診も補助があり
お安く受診できる場合が多いです。

ご清聴ありがとうございました。

ご自身と大切な人のために、
健康な生活を送ることができるよう、
がん検診を受診いただきますようお願いいたします。

