

医療メモ

本庄市児玉郡医師会広報部

「がん検診の重要性」

－ 変わりゆくがん対策－

がん対策の基本は、がんの罹患率・死亡率を減少をさせることにより、国民の疾病負担を軽減することにあります。この目標に到達するために、予防・診断・治療・緩和ケアなどさまざまな対策がとられています。中でも、がん検診は適切な実施により確実な効果が得られることから重要な役割を担っています。我が国のがん検診は、昭和30年代の胃がん・子宮頸がん検診の取り組みに始まり、昭和58年の老人保健法施行により、全国に普及しました。法制化以降、肺がん検診、乳がん検診、大腸がん検診へと拡大し、受診形態も集団検診から個別検診への移行が普及しつつあります。個別検診が対策型検診の一翼を担うことになったことは、個々の受診者にとって単なる利便性のみならず、かかりつけ医のサポートのもとに検診受診の必要性を判断し、実際に受診できるという理想的な機会が提供されたと言えます。

－ 個別検診が、がん検診受診率を上げる!?－

個別検診は、対策型検診の目的である地域住民のがん死亡率減少を掲げつつも、従来の集団検診とは異なり、個々の受診者へのきめ細やかな配慮を兼ね備えた新しいタイプの検診です。かかりつけ医によるがん検診の勧奨は、検診受診に大きな影響を与えることが科学的にも検証されています。がん検診の目的である、がん死亡率の減少を達成するためには、有効ながん検診を正しく実施する必要があります。また、有効性の確立したがん検診を正しく実施しても、多くの人々が受診しないことにはがん死亡率の減少は達成できません。受診率の向上が実現してこそ、はじめて目的を達成します。個別検診が、がん検診の要となりつつある現在、かかりつけ医の細やかな配慮が、未だ低迷しつつあるがん検診受診率の向上につながると考えられています。

－ マンモグラフィ検診の重要性－

乳がんは、しこりの小さいうちに発見して適切な治療を行えば、90%以上が治る病気です。そのため、定期的な自己検診やマンモグラフィ検診によって、しこりが小さくリンパ節や他の臓器への転移がないうちに見つけることが大切です。実際、欧米では、乳がんの発症率は増えている一方、死亡率は減少しています。この理由の一つは、多くの人がマンモグラフィ検診を受けて、乳がんが早期に発見されたためであると言われています。

マンモグラフィは乳房専用のX線撮影のことで、視診や触診だけではわからない早期のがんを見つけることができます。科学的にも、乳がん死亡率を減少させる効果があると証明されています。また、1回の撮影での被曝量は、通常の生活で1年間に受ける自然放射線量の約50分の1程度で、体への影響はほとんどないと考えられています。乳がんは30歳代から増えはじめ、40歳代後半で最も発症率が高くなります。そのため、40歳からはマンモグラフィ検診を2年に1回の頻度で受けてください。ただし、100%の乳がんが発見されるわけではありません。マンモグラフィ検診は比較的脂肪の多い、あるいは萎縮した乳腺内の腫瘤を検診するのに適していますが、特に日本人で最も罹患率の高い40歳代の高濃度乳房で乳がん検出感度が低い傾向にあります。高濃度乳房は50歳未満に多く、欧米人より日本人に多く、さらに乳がん罹患ピークは欧米の70歳代に対し日本人は40歳代でありマンモグラフィのみでは検診精度が低くなります。一方、超音波検診は高濃度乳房での乳がん検出精度が高いことから、40歳代で併用することによって、乳がんの発見率が高くなることが報告されています。しこりなど気になる症状のある人は、検診を待たずに医療機関を受診してください。がん検診は原則的に、症状のない人に対して行われます。

かかる前に！子どもを守る予防接種

重い後遺症を残すことや命を脅かす危険性がある病気。その病気からあなたの大切な子どもを守るために、早めの接種をオススメします。対象者は無料で受けられます。※予診票がお手元がない場合は、母子健康手帳をご持参のうえ、本庄市保健センター又は市民福祉課（アスピアこだま）の窓口へお越しください。

二種混合（ジフテリア・破傷風）予防接種

対 象 11歳以上13歳未満（13歳の誕生日の前日まで）

麻しん・風しん（MR）予防接種

1期 生後12月から24月に至るまでに1回

2期 小学校就学前の1年間に1回

平成28年度の2期

対 象 平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれの人

接種期間 3月31日（金）まで

日本脳炎予防接種（1期が3回、2期が1回接種）の特例

◎平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの人

接種期間 20歳の誕生日の前日まで

◎平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人

第1期の接種が7歳6か月までに3回完了していない人は次の期間に不足した第1期分（最大3回）を接種することができます。

接種期間 9歳の誕生日の前日から13歳の誕生日の前日まで



☎ はにぼんチャレンジ対象事業

健康づくり講座

健康づくりの決め手を学ぼう
～正しいフォームでウォーキング～

健康づくりは足から。ウォーキングの正しいフォームや靴選び、体・足裏のケアの方法などを理学療法士が実技を交えてご紹介します。健康づくりの決め手を見つけて、自分磨きをしてみませんか。

日時 ①3月6日(月)、②16日(木) 全2回

午前10時～11時30分
(受付：午前9時30分～)

会場 本庄市保健センター

講師 恒屋 昌一 先生 (吉沢病院理学療法士)

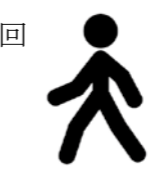
対象 市内在住者

内容 ①効果的なウォーキングのポイントなど
②姿勢やフォームの確認など（実際に少し動く）

定員 30人（先着順） 費用 無料

用意 動きやすい服装と靴、飲み物

申込 2月13日(月)から電話又は直接本庄市保健センターへ



☎ はにぼんチャレンジ対象事業

大人のラジオ体操



誰もが音楽を聞くとからだは自然と動くラジオ体操。ラジオ体操で心も体もリフレッシュしてみませんか。普段ラジオ体操をしている人も、久しくしていない人も大歓迎です。普段あまり動かない人も、まずはラジオ体操から始めてみましょう。

日時 2月28日(火) 午前10時～11時30分
(受付：午前9時30分～)

会場 シルクドーム

講師 小熊 恵子 先生
(NPO法人全国ラジオ体操連盟指導士)

対象 74歳までの市内在住者

内容 動きをひとつひとつ解説しながら実際にからだを動かす

定員 40人（先着順） 費用 無料

用意 運動する服装、室内用運動靴、汗拭き用タオル、飲み物

申込 2月8日(水)から電話又は直接本庄市保健センターへ

休日・夜間の急病のときは・・・

●本庄市児玉郡医師会立本庄市休日急患診療所（日曜・休日開設）
（本庄市保健センター内 ☎203322）

診療時間 午前9時～正午、午後1時～4時、
午後7時～10時

診療科目 内科系疾患

※健康保険証を持参してください。診療に関すること以外のお問い合わせ・電話相談はご遠慮ください。健康相談等は右記の電話相談をご利用ください。

●在宅当番医療機関

診療は午前中のみです。当番医は変更になる場合もありますので、確認してからお出かけください。

2月5日(日)	服部クリニック	東台4丁目	☎204671
2月11日(祝)	春山眼科医院	けや木1丁目	☎202160
2月12日(日)	ヒゲチクリニック	栗崎	☎205300
2月19日(日)	へんみ眼科医院	小島1丁目	☎203702
2月26日(日)	松本産婦人科医院	千代田1丁目	☎203377
3月5日(日)	上武病院	小島5丁目	☎20111

●小児夜間初期救急診療（本庄総合病院内 ☎206111）

診療日 毎週火曜日（休日は除く） 午後6時～9時

対 象 中学生まで

●困ったときは電話相談を！（相談料無料）
ほんじょう健康相談ダイヤル24（24時間相談可）

☎0120-122-885（通話料無料）

相談員 看護師・保健師・医師など

対 象 市内在住者

「#8000」小児救急電話相談（通話料利用者負担）
(IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線からは ☎048-833-7911)

受付時間 月曜日～土曜日 午後7時～翌日午前7時
日曜日・休日等 午前7時～翌日午前7時

「#7000」大人救急電話相談（通話料利用者負担）
(IP電話、PHS、ダイヤル回線からは ☎048-824-4199)

受付時間 月～土曜日 午後6時30分～10時30分
日曜日・休日等 午前9時～午後10時30分

★119番は緊急時（火災やけが人など）の受付専門電話番号です。夜間など、時間外に診療可能な病院については、児玉郡市広域消防本部指令課（☎201119）でご案内していますのでご利用ください。ただし、診療科目によっては県外や児玉郡市以外の病院をご案内する場合があります。