



本当に健康ですか？

自分は健康だから大丈夫だと思っ
ていても、国立がん研究センター
の統計によると、日本人の約2人に1人が「がん」にかかっています。しかも、年間85万人以上が新たににかかっていて、そのうちの約3割が20歳から64歳の人です。生涯でがんに罹患する確率は、男性が63%、女性が47%となっています。

男女ともすい臓がんが増加し、胃がんは減少しています。部位別では男性が胃がん、女性は乳がんが1位です。

後悔しないために 時間を作ってください

「時間がない」「仕事が忙しい」「受けるのを忘れてしまった」などの理由でがん検診を受けずにいて、自覚症状が出てから医

家族への思いやりです

「がん検診」を受けましょう

療機関を受診すると、すでに進行している場合があります。

早期発見がカギ

がんの5年生存率は表1のとおり。

表1 がんの5年生存率 出展：(公財) がん研究振興財団

ステージ (進行度合)	I	II	III	IV
ステージ	97.2%	66.0%	47.2%	7.2%
乳がん	99.9%	95.2%	79.7%	32.6%

早期発見・早期治療ができれば生存率が高くなりま
す。
早く発見する
ためにも、
定期的ながん
検診を受ける
ようにしま
しょう。

今からでも間に合います

市では毎年5月から12月にかけて、がん検診を含めた成人集団健診を行っています。うっかり忘れた場合や仕事の都合など

で受診できなかった人のために、「未受診者健診」も予定しています。また、女性検診(医療機関)は2月28日(水)まで行っています。まだ検診を受けていない人はこの機会に受診しましょう。(表2の日程を参照)

表2

	日程	会場	受付時間
未受診者 健診	2月3日 (土)	協和保健センター	午前7時～ 9時30分 (胃がん検診あり)
	2月4日 (日)	関城生涯学習センター (関城支所隣り)	
	2月6日 (火) ・7日 (水) ・8日 (木)	下館保健センター	
女性検診 (医療機関)	2月28日 (水) まで	乳がん・子宮頸がん検診の受診券を 発行します。電話でお申込みくださ い。	

がん予防のポイント

- 喫煙：煙草を吸っている人は禁煙しましょう。
- 飲酒：節度のある飲酒をしましょう。

- 食事：偏らずバランスの良い食事をとりましょう。
- 身体運動：日常生活を活動的にしましょう。
- 体形：体重を適正な範囲内にしましょう。



問

保健予防課(本庁2階)

☎22-0535

人数限定！2月より、スピードコースの受付開始！
詳細はHPをご覧ください！

個別送迎^{無料} 託児室完備^{無料}

茨城県西自動車学校 上筑波自動車学校

TEL:0296-37-6012(代) TEL:029-869-0931(代)

指定自動車教習所 <http://www.kenseijikou.co.jp/>

詳しくはこちらから！

茨城県西自動車学校 上筑波自動車学校

〒308-0121 茨西市船玉 286

〒300-4201 つくば市寺貝1268-2

Twitter
も見てね♪

@kenseijikou
お役立ち情報や、スタッフのつぶやきを発信しています！