

## 「がん検診を受けましょう」

宮古保健所 健康推進班健康づくりグループ 上原 蘭

宮古地区の働き盛り世代のみなさんへ健康情報をお届けするため、毎月1回リレー方式で記事を書いています。今回の担当は宮古保健所健康推進班健康づくりグループです。

宮古にお住まいのみなさま、がん検診を定期的に受診していますか？10月は「がん検診受診率向上に向けた集中キャンペーン月間」で「がん検診 愛する家族への贈りもの」をキヤッチフレーズにがん検診受診率向上を推進しています。

がんは誰もがかかる可能性のある病気です。国民の2人に1人が“がん”になり、3人に1人が“がん”で亡くなっています。沖縄県が公表した最新のデータ（※1）では、宮古地区において男女ともにがんでの死亡が最も多いです。早期の段階でがんを見つける「がん検診」を受けることで、がんによる死亡を今よりも減らすことができます。がんは発見の早さが生存率に大きく直結する病気です。がん検診を控えて発見が遅れば遅れるほど治療の選択肢が狭まり、死亡のリスクが大きくなっていきます。そのため自分は健康だと思っても定期的な検診を受けることが必要です。

代表的ながんのうち、今回は「大腸がん」についてお話します。大腸がんは、宮古島市の部位別がん死亡数（図1）で、男女ともに第2位となっています。大腸がんは40歳ごろから増え始め、早期の段階では自覚症状がほとんど無く、気づいた時には病気が進行していることが多いです。しかし、早期発見・早期治療を行うことで約9割の方が治ります。

大腸がん検診は便潜血検査を受けることから始まり、検査が陽性となった方は精密検査が必要です。40歳以上の方は毎年1回検診を受診しましょう。便潜血検査は、会社の健康診断に追加して受ける場合や、宮古島市の検診で受ける場合もあります。詳しくはご自身の職場やお住まいの自治体にてご確認ください。

宮古保健所では、がん検診受診率向上に向けた集中キャンペーン月間の一環として、がん検診に関するポスターの展示及び普及啓発パンフレットの配布を行っています。パンフレットが欲しい方は、宮古保健所健康推進班（0980-73-5074）までご連絡よろしくお願いたします。自分自身のため、家族のため、地域全体のため、ぜひ「がん検診」を定期的に受けましょう。次は島の保健室へバトンを繋ぎます。

※1 令和6年4月沖縄県市町村別健康指標死亡数及び標準化死亡比（2018～2022年）

図1 宮古島市 がん部位別死亡数（2018～2022）

