

テーマ「職場でがん検診に取り組もう」

県では、県民の「健康寿命の延伸」及び「健康格差の縮小」を目指し、健康づくりに関する取組を推進しています。健康コラムでは、健康に関する正しい情報と新しい情報を発信し、県民の皆様の健康でいきいきした毎日を応援していきます。

がんは働く世代の死因上位を占め、中でも40～60代は3人に1人が罹患しています。がんは早期発見が何より重要で、そのためには「がん検診」が有効ですが、和歌山県では全国と比較して特に職場におけるがん検診の受診率が低い状況にあります。がんによる死亡を減らすためにも、各職場においてがん検診の取組をお願いします！

【参考】第四次和歌山県健康増進計画における数値目標

	2022年（現状）		2035年（目標）	
健康寿命の延伸	男性	72.39年	男性	75年
	女性	75.33年	女性	78年
特定健康診査実施率（40～74歳）		48.9%		70%以上
食塩摂取量（20歳以上）		9.5g		7g
野菜摂取量（20歳以上）		252.3g		350g
一日の歩数の平均 （20～64歳）	男性	7,690歩		8,000歩
	女性	6,771歩		
喫煙率の減少	男性	23.7%	男性	18.9%
	女性	6.4%	女性	3.5%

県民の健康づくりを
推進しています！



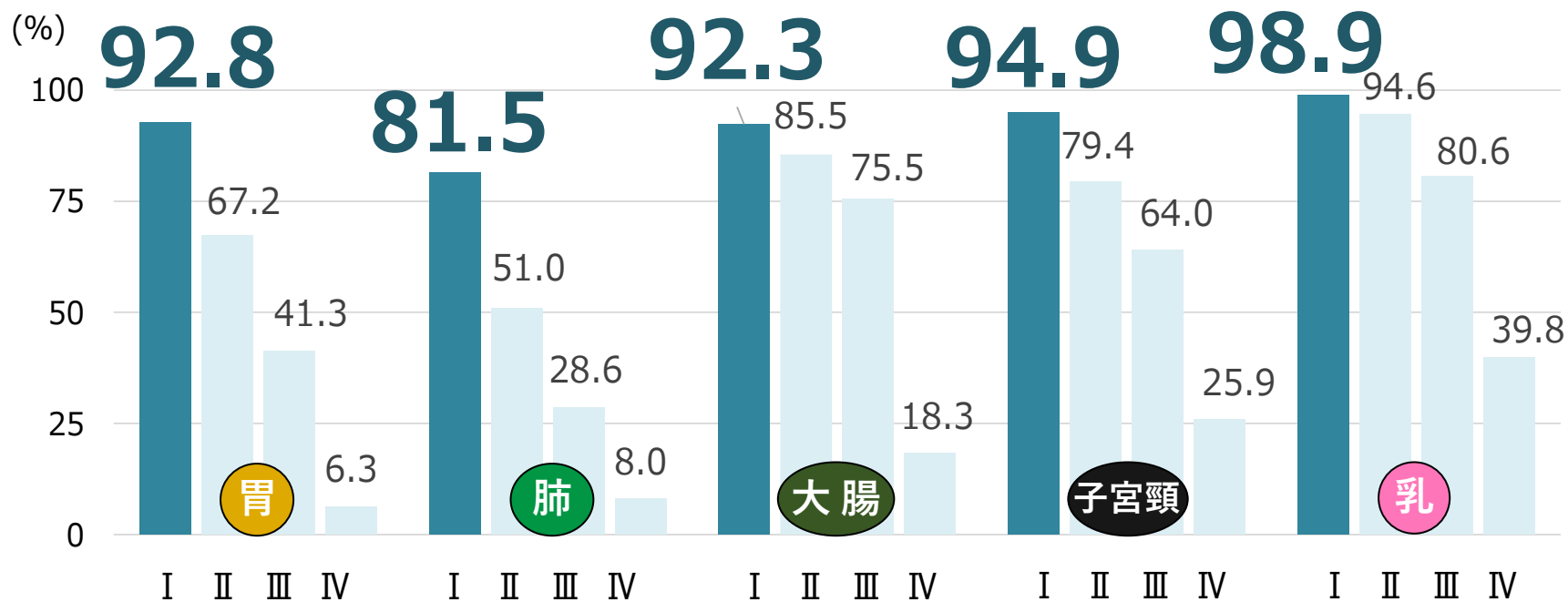
健康わかやま県民運動

本県のがんの現状

- ✓ 和歌山県のがん罹患者は8,500人/年、がん死亡者は3,300人/年程度で、がんによる死亡率は全国ワースト4位（令和6年）
- ✓ がんは働き盛り世代の死因第1位で、40～60代の3人に1人が罹患

【がんのステージ別5年生存率】

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「院内がん登録生存率集計」2014-2015年



定期的ながん検診により、**早期発見・早期治療が極めて重要**

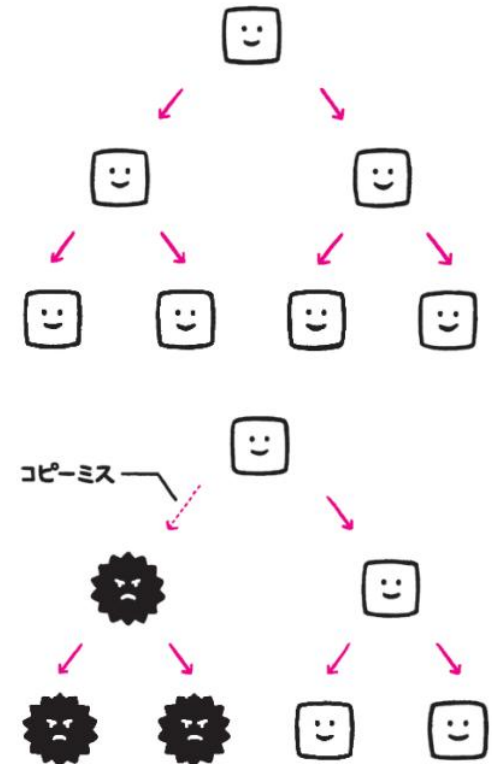
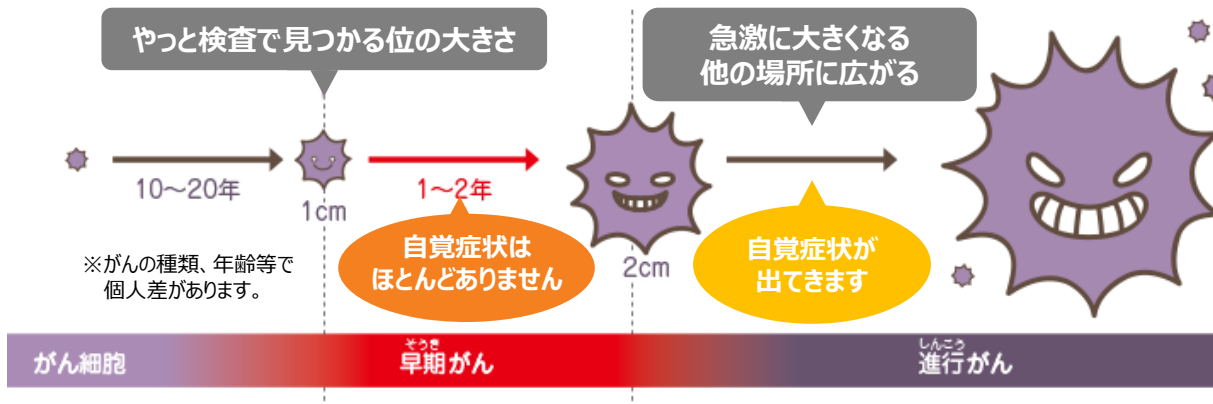
どうしてヒトはがんになるの？

- ✓ がん細胞は、日々の細胞分裂を通じて発生しており、健康な人の体でも1日におよそ5,000個生まれています。
- ✓ 発生したがん細胞は免疫細胞が日々死滅させていますが、死滅しきれず運悪く生き残ったがん細胞はやがて塊としての“がん”になります。

【がんの成長と時間】

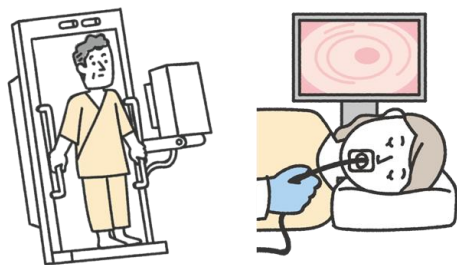
「早期がん」として発見できる期間はわずか1～2年

症状が出た時には既にステージが進んでいることも！



推奨されるがん検診 (国が科学的根拠に基づき指針に定める検診)

検診種別	検査方法	対象年齢	受診間隔
胃がん検診	胃内視鏡検査	50歳以上の男女	2年に1回
	胃部X線検査	40歳以上の男女	毎年
肺がん検診	胸部X線検査	40歳以上の男女	毎年
大腸がん検診	便潜血検査	40歳以上の男女	毎年
子宮頸がん検診	細胞診	20歳以上の女性	2年に1回
乳がん検診	マンモグラフィ	40歳以上の女性	2年に1回



胃がん検診
胃内視鏡検査
胃部X線検査



肺がん検診
胸部X線検査



大腸がん検診
便潜血検査



子宮頸がん検診
細胞診



乳がん検診
マンモグラフィ

和歌山県のがん検診受診率

✓ 本県は、5がんともに検診受診率が低く、早期発見の遅れにより死亡率が高い状況にあります。受診率の向上には各職場での取組が重要です。

● 国民生活基礎調査（令和4年）

がん検診受診率		山形県	和歌山県
胃がん	受診率	70.0%	47.5%
	全国順位	1位	34位
肺がん	受診率	69.0%	46.5%
	全国順位	1位	36位
大腸がん	受診率	64.7%	40.6%
	全国順位	1位	40位
子宮がん	受診率	57.5%	38.7%
	全国順位	1位	43位
乳がん	受診率	61.7%	39.5%
	全国順位	1位	45位

● 「がん検診に関するアンケート」結果

（日本生命保険相互会社の全国調査（令和6年））

【山形県（64.3% 全国1位）】

うち住民検診22.8%、**職域検診28.0%**

↑
職域で大きな差！

【和歌山県（44.4% 全国45位）】

↓
うち住民検診21.5%、**職域検診13.3%**

● 参考

・がん検診を受診した結果、「要精密検査（がんの疑いがある）」と判定された場合は、**必ず病院で精密検査**を受けてください。

・がんを疑う症状がある方は、がん検診ではなく、**すぐに医療機関を受診**してください。

社内でのがん検診の進め方

定期健康診断とは別に社内で「がん検診」が実施されていますか？

NO

ご加入の健康保険組合が「がん検診」
や人間ドックを提供していますか？

YES

受診しましょう

YES

これからもがん検診を
受診しましょう



市町村のがん検診窓口

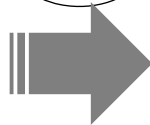
NO

市町村が実施するがん検診を受診しましょう

※個人任せにするのではなく、会社として社員の受診状況を把握し、「がん検診受けた？」と呼びかけ合うことが大切です



何からはじめたらいいのかわからないかな
補助金はないのかな



- まずは、**がん啓発の担当者を決めましょう**
- 従業員やその家族の**受診状況を把握しましょう**
- 協会けんぽの被保険者には補助制度あり
加入の企業・個人は協会けんぽに相談してみましょう

がん検診を受けられるよう **休暇の取りやすい職場づくり** も大切です

令和8年度 生活習慣病予防健診 (協会けんぽ) のご紹介

定期健康診断に比べて、もっと**オトク**に、もっと**充実した健診**を受けることができます！

(※労安法で義務付けられる定期健診にがん検診は含まれません)

種類	検査の内容	対象者	企業負担額
一般健診	血液検査や尿検査などの一般的な検査に 胃・大腸・肺のがん検診 を加えた健診 ※35歳から39歳は、胃・大腸のがん検診は省略可	35歳～74歳	最高5,500円
子宮頸がん検診 (単独受診)	子宮の入り口 (子宮頸部) の細胞を調べて、がんやその前段階の異常の早期発見を目的とした検診	20歳～38歳の偶数年齢の女性	最高990円

さらに 女性の場合は一般健診に以下の検診を追加可能

※協会けんぽが契約する医療機関で受診可能 (和歌山県内：60施設)

種類	検査の内容	対象者	企業負担額
子宮頸がん検診	子宮の入り口 (子宮頸部) の細胞を調べて、がんやその前段階の異常の早期発見を目的とした検診	一般健診を受診する36歳～74歳の偶数年齢の女性	最高990円
乳がん検診	乳房のエックス線撮影 (マンモグラフィ) で、しこりなどの異常の早期発見を目的とした検診	一般健診を受診する40歳～74歳の偶数年齢の女性	50歳以上 最高980円 40～48歳 最高1,700円

協会けんぽ補助額 (1人あたり)

最高**14,135円**

(一般健診の場合)

令和8年度 (2026年4月～2027年3月) 被保険者 (ご本人) の皆さまへ

生活習慣病予防健診の受診で健康を守りましょう

気づかぬうちに忍び寄る「生活習慣病」
不適切な食生活、運動不足、喫煙、過度な飲酒などの生活習慣の積み重ねは、**メタボリックシンドローム**の重大な原因となります。これを放置すると、認知症をはじめ、元の状態に戻ることは非常に困難になります。

- 1 運動不足や過度な飲酒などの不健康な生活習慣
- 2 高血圧や高血糖など身体の不調の現れ (生活習慣病予備群) メタボリックシンドローム
- 3 糖尿病等の生活習慣病発症
- 4 心筋梗塞や脳卒中など重症化・合併症の発症

メタボリックシンドロームとは？
生活習慣病発症予防に重要なメタボリックシンドロームは、高血圧・高血糖・脂質異常といった実質が報告された状態です。これは動脈硬化を進行させ、心筋梗塞や脳卒中などの生活習慣病を招く危険因子となります。

令和8年度から人間ドック健診等が受けやすくなりました

健診を受けた後の行動こそ大切です！

生活習慣病予防健診

実施なし → 生活習慣の改善が必要

特定保健指導とは
生活習慣病発症予防に重要なメタボリックシンドロームは、高血圧・高血糖・脂質異常といった実質が報告された状態です。これは動脈硬化を進行させ、心筋梗塞や脳卒中などの生活習慣病を招く危険因子となります。

・思いがけを得つために健康づくりを継続
・来年も必ず健診を受診 (年1回の定期健診)

生活習慣病予防健診パンフレット

協会けんぽ和歌山支部

問い合わせ先：

073-421-3100

※令和8年度より、人間ドック健診費用の補助や、20、25、30歳の方にも生活習慣病予防健診の補助が始まりました。詳しくはパンフレットをご確認ください。