

自分らしくがん検診

健康診査が「今」を見るものだとしたら、 がん検診は「見えない変化」を 見つける検査です。



がんは、痛みや不調が出る前から、体の中で静かに進行することがあります。

だから、がん検診は「具合が悪くなってから受ける検査」ではありません。

何も症状がないときにこそ受けることで、早い段階で見つかり、治療の選択肢が広がる可能性があります。

健康診査と、がん検診。似ているようで、役割は違います。それでも、がん検診を受けていない人は少なくありません。これは邑楽町だけの話ではな

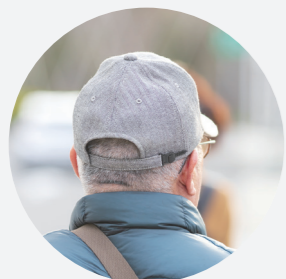
く、多くの自治体で同じ状況があります。理由は、一つではありません。

忙しかった。
時間が合わなかった。
面倒に感じた。
どうせ大丈夫だと思った。
去年と同じだと思った。

……どれも、特別な理由ではありません。多くの人が、同じような気持ちで立ち止まり、そのまま一年が過ぎていきます。

「受けていない自分」を責める必要はありません。多くの人が、同じ場所に立っています。

健康だと思っていた 「今回だけ」のつもりで受けた検診で見つかったこと



町内在住・60代男性
令和6年度検診で
胃がんが見つかった

検診の案内は、毎年4月に届いていました。忙しかったこともあり、「ことしはいいかな」と思って、封筒をそのままにしまった年もあります。

体調が悪かったわけではありません。仕事も普段どおり。痛みや不調もなく、自分では健康だと思っていました。

たまたま時間ができて、「今回だけ受けてみようか」と申し込んだのが、きっかけでした。

結果通知を見たときは正直、信じられませんでした。「何かの間違いではないか」そう思ったほどです。

でも、もしあのとき受けていなかったら、今はどうなっていたのだろう……そう考えることがあります。

検診は、何かあったから受けるものではなく、何もないと思っているときに受けるものだと、今は感じています。

受けなかった理由は、人それぞれ。 特別な事情がなくても、 日々の生活の中で、 検診は後回しになりがちです。



仕事、家事、育児、介護。目の前のことで精一杯な中で、自分の体のことは、つい後回しになります。

「今は元気だから大丈夫」「そのうち受ければいい」そう思う気持ちも、自然なものです。誰かを責めたいわけではありません。「受けなかったから悪い」と言いたいわけでもありません。

ただ、自分がなぜ受けていないのか。その理由を、一度だけ、言葉にしてみてください。そこから先の考え方は、人によって違っていいと思うのです。

がん検診は、

全てを受けなければいけないものではありません。

※がんの進行や治療の効果には個人差があります。

検診の役割は、自覚症状が出る前の、まだ小さながんを見つけることにあります。多くのがんは、ある程度進行するまで、痛みや不調といった症状がほとんど現れません。

そのため「何も症状がないから大丈夫」と思っている間にも、がんが少しずつ進んでいくことがあります。

一方で、検診によって早い段階で見つかったがんは、治療の選択肢が多く、体への負担が比較的少ない場合が多いことが分かっています。

これは「がんにならないため」ではなく、「がんになつたとしても、生活を大きく変えずに済む可能性を高める」という考え方です。

9ページで紹介した男性も、こう話しています。「症状がなかったから、検診を受けていなければ気付かなかった」

がん検診は、特別な人のためのもではなく、「今は元気だと感じている人ほど、意味を持つ検診」なのです。

がん検診というと、「がんが見つかったら怖い」「できれば受けたくない」と感じる人も少なくありません。しかし、がん検診の本当の目的は、がんを見つけることそのものではありません。

「どれを受ければいいのか分からない」「そう感じる人は少なくありません。」

がん検診には種類があり、検査方法や受診間隔もさまざまです。迷うのは、ごく自然なことです。

町が実施しているがん検診は、国が示す指針や医学的な知見を踏まえ、「多くの人にとって、受ける意味がある」と考えられる検診を国の指針に基づき整理したものです。

一方で、全ての検診が全ての人に同じ効果をもたらすわけではありません。

がん検診は「毎年全て受けなければならぬもの」と思われがちですが、実際はそうではありません。年齢や性別、生活習慣、過去の受診歴などによって、受けるべき検診や受診の間隔は異なります。

そのため、町の検診は「必要の人に、必要なタイミングで」受けてもらうことを大切にしています。

- ◆ 大切なのは、
- ◆ 今の自分の年齢
- ◆ これまでの受診状況
- ◆ 気になっている体のことを一度整理し、自分に合った検診を選ぶことです。

そのために、町では毎年「各種検診ガイド」を作成し、受診できる検診や受け方、注意点をまとめています。まずは、ガイドを手に取って、自分が受けたい検診のページだけでも目を通してみてください。

Q&A 1

どの検診を受ければよいか分かりません。

まずは、各種検診ガイドをご確認ください。受診できる検診や注意点をまとめています。12ページで紹介しています。

Q&A 2

「がんが見つかるのが怖い」と感じてしまいます。

そう感じるのは自然なことです。ただ、早い段階で見つかることで、治療の選択肢が広がる場合があります。

Q&A 3

健康に気をつけている人も受ける必要はありますか？

はい。生活習慣や体調に関わらず、誰にでも起こり得る変化があるためです。検診は、その確認のための機会です。

Q&A 4

前回と同じ検診を受ければ大丈夫ですか？

必ずしもそうとは限りません。検診の内容や受け方は、毎年見直される場合があります。

Q&A 5

症状がないのに、がん検診を受ける意味はありますか？

あります。がんは、症状が出る前から進行することがあります。検診は、何も症状がない段階で変化に気付くための検査です。

がん検診について迷ったときは、まず、町から届く案内を確認してください。

受診シールには、その年に対象となる検診が記載されています。また、子宮頸がん検診や乳がん検診など、対象となる人へ個別にご案内している検診もあります。

そして、4月には受診シールと一緒に「各種検診ガイド」を対象者へお届けします。検診の内容や受け方、考え方をまとめた冊子です。迷ったときに立ち返るための情報は、すでに用意されています。

がん検診を受けるとき、町から届く「受診シール」と「各種検診ガイド」は、どちらも大切な役割を持っています。

この2つを合わせて確認することで、受診できる検診や受け方を正しく知ることができます。

ことしの検診は、ことししかありません。考える時間も、検診の一部です。

がん検診は、誰かに言われて受けるものではありません。

不安に感じる人もいれば、忙しくて後回しにしている人もいます。自分はまだ大丈夫」と思う気持ちも、自然なことです。

それでも、検診には「その年、その時」にしかない意味があります。ことしの検診は、ことししか受けられません。迷ったら、まずはガイドを開いてみてください。

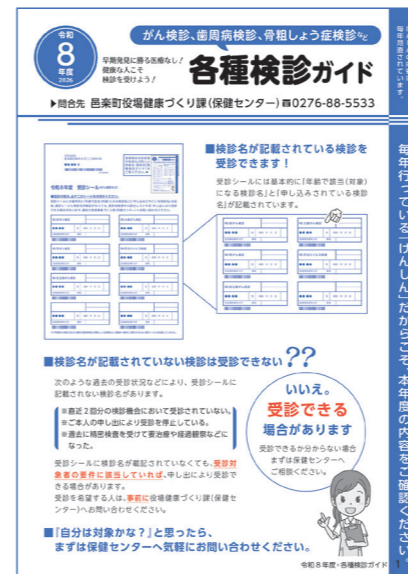
自分が受けられる検診や気になる検診だけで構いません。考えることも、選ぶことも、あなた自身の判断です。

町は、その判断に必要な情報を用意しています。がん検診を受けるかどうかは、自由です。受けたいという選択も、一つの判断です。

ただ、知らないまま選ぶことだけは、できるだけ避けてほしいのです。

問 役場健康づくり課(保健センター) ☎ 88-5533

町は、選ぶための情報を用意しています。押し付けるのではなく、判断の材料を届けたとを考えています。
知った上で、自分で決める そのための特集でした。検診について分からないことがあれば、保健センターへ気軽にご相談ください。



- 各種検診ガイドには、
- 受診できる検診の一覧
 - 年齢や条件
 - 受け方・注意点

など、受診前に知っておいてほしい情報をまとめています。受診シールに記載がない検診についても、ガイドを見ることで、自分が受診できるかどうかを確認することができます。

※対象者へ個別通知でご案内している検診(子宮頸がん検診、乳がん検診、歯周病検診、骨粗しょう症検診)は、受診シールには記載していません。詳しくは、各種検診ガイドをご確認ください。



受診シールには、基本的に「年齢で該当(対象)になる検診名」と「申し込みされている検診名」が記載されています。

ただし、過去の受診状況や本人からの申し出などにより、対象であっても記載されない検診がある場合があります。「シールに書いていない=受けられない」というわけではありません。

「受診シール」と「各種検診ガイド」 受診の前に、必ず確認してほしい2つのもの。

違い 語り 理由 選び方 確認 判断

違い 語り 理由 選び方 確認 判断