
Ⅲ 生活習慣病の発症予防と 重症化防止

施策分野

- ・ がん
- ・ 循環器疾患
- ・ 糖尿病
- ・ 慢性閉塞性肺疾患

1. が ん

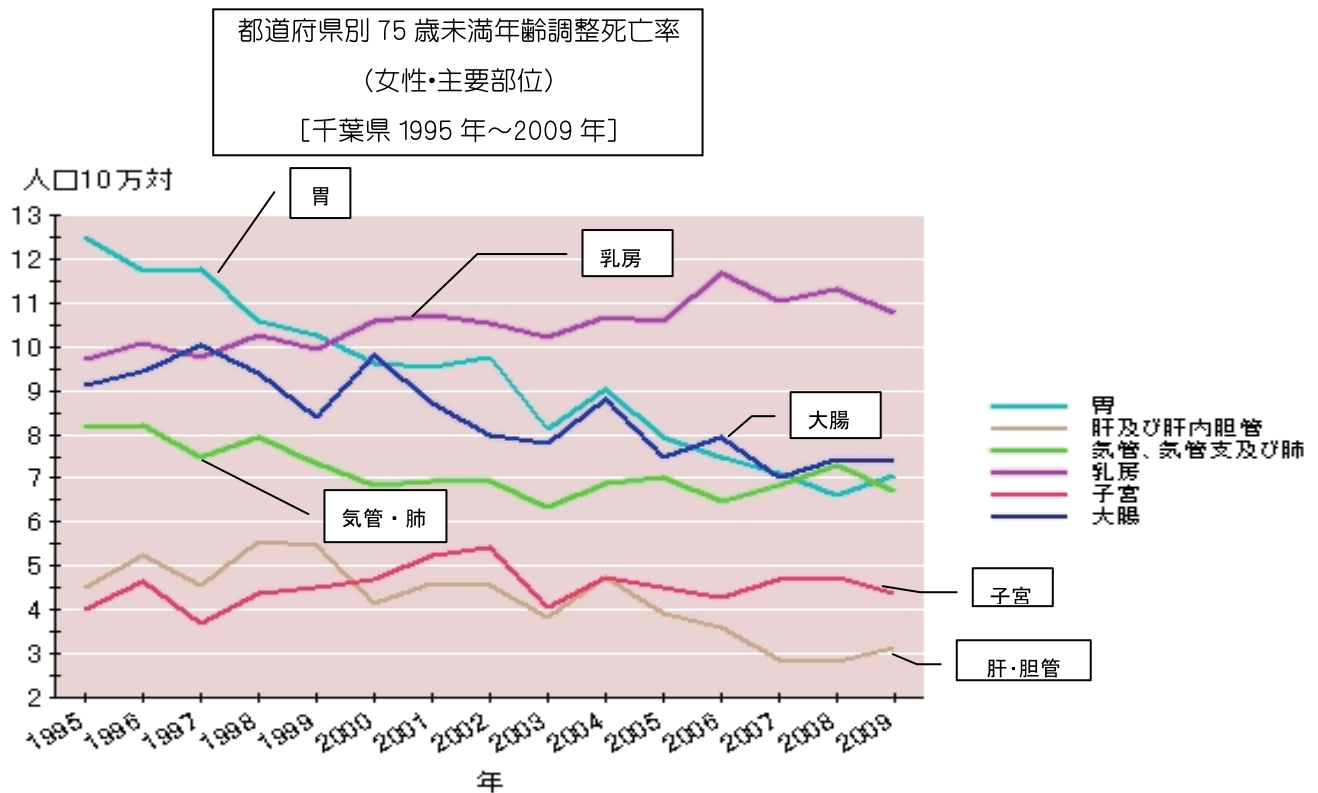
I 現状と課題

本県のがんによる死亡者数は、1982 年から今日まで 30 年間、死因の第 1 位を占めておりがん対策は県民の健康と QOL を守り、健康寿命を延伸する上で極めて重要になっています。

がんによる死亡の動向をみるには、高齢化や 75 歳以上の死因分類の不確な要素による影響を除いた 75 歳未満年齢調整死亡率が用いられます。これによると 1990 年代以降、全がんの 75 歳未満年齢調整死亡率は全国的に減少傾向にあり、本県においても全国平均よりも低い死亡率を保ちつつ、減少を続けています。

がんの部位別に推移をみると、男性では 1995 年の時点で最も多かった胃がん死亡率は減少を続け、呼吸器がんによる死亡率はやや減少から横ばいに留まっていることにより部位別では最も多くなっています。また、肝がん・大腸がんも減少傾向です。

女性では胃がん・大腸がん・呼吸器がん・肝がんが減少傾向であるのに比べ、乳がんは増加を続けており、子宮がんも横ばいからやや増加傾向です。



資料: 独立行政法人国立がん研究センター がん対策情報センター
Source: Center for Cancer Control and Information Services,
National Cancer Center, Japan

がんになる危険性を高める要因として、喫煙(受動喫煙を含む)、過剰な飲酒、運動不足、肥満・やせ、野菜・果物不足、塩分や塩分を多く含む食品の過剰な摂取、がんに関連するウイルス感染などが挙げられています。

現状では、こうした要因への対策ががんの予防に重要となります。なお、このうち喫煙(受動喫煙を含む)、生活習慣の改善については、別項で述べています。

これまでに行われた評価の一覧

	全がん	肺がん	肝がん	胃がん		大腸がん			乳がん		食道がん	膵がん	子宮がん	
				男性	女性		結腸	直腸		閉経後			子宮頸	子宮内膜
喫煙	△ 確実	△ 確実	△ ほぼ確実	△ 確実	△ 確実	△ 可能性あり		△ 可能性あり	△ 可能性あり		△ 確実	△ 確実	△ 確実	
飲酒	△ 確実		△ 確実			△ 確実	△ 確実	△ 確実			△ 確実			
肥満			△ ほぼ確実			△ ほぼ確実				△ 確実				△ 可能性あり
運動						△ ほぼ確実	△ ほぼ確実							
感染症		(肺結核) △ 可能性あり	(HBV) (HCV) △ 確実	(H.ピロリ菌) △ 確実										
野菜				可能性あり ▽	可能性あり ▽						△ ほぼ確実 ▽			
果物		可能性あり ▽		可能性あり ▽	可能性あり ▽						△ ほぼ確実 ▽			
塩・ 塩蔵品				△ ほぼ確実	△ ほぼ確実									
☆評価の基準(科学的根拠としての信頼性の強さ) WHO/FAO Expert Consultationの基準を参考にして作成														
△ 確実	確実である 疫学研究の結果が一致していて、逆の結果はほとんどない。相当数の研究がある。なぜそうなのか生物学的な説明が可能である。													
△ ほぼ確実	△ ほぼ確実 ▽	△ ほぼ確実である 疫学研究の結果がかなり一致しているが、その方法に欠点(研究期間が短い、研究数が少ない、対象者数が少ない、追跡が不完全など)があったり、逆の結果も複数あったりするために決定的ではない。												
△ 可能性あり	△ 可能性あり ▽	△ 可能性がある 研究は症例対照または横断的研究に限られる。観察型の研究の数が十分でない。疫学研究以外の、臨床研究や実験結果などからは支持される。確認のために、もっと多くの疫学研究が実施され、その理由が生物学的に説明される必要がある。												

出典:科学的根拠に基づく発がん性・がん予防効果の評価とがん予防ライン提言に関する研究(国立がん研究センター)

また、重症化予防の観点では、進行がんの罹患率を減らし、がんによる死亡を防ぐために重要なのが早期発見です。自覚症状がなくても定期的ながん検診を受けること、精密検査が必要と判定された場合には、速やかに精密検査医療機関を受診すること、自覚症状がある場合にはできるだけ早く医療機関を受診すること、を様々な機会を捉えて普及する必要があります。

市町村が実施するがん検診で精密検診が必要とされた方についてその後の追跡状況をみると、100%把握している市町も多くある一方で、70%以下の市町もあり改善が必要です。

がん検診受診率(H22年国民生活基礎調査)

単位:%

部位	性別	全国	千葉県
胃がん (40～69 歳)	男性	36.6	35.6
	女性	28.3	31.0
肺がん (40～69 歳)	男性	26.4	26.7
	女性	23.0	26.1
大腸がん(40～69 歳)	男性	28.1	28.9
	女性	23.9	26.7
子宮頸がん (20～69 歳)		37.7	39.9
乳がん (40～69 歳)		39.1	43.0

がん検診受診場所(H23 千葉県生活習慣アンケート) 複数回答有 単位:%

受診場所	男性	女性
市町村が実施したがん検診	34.1	52.3
職場が実施したがん検診	39.8	20.2
上記以外に自主的に申し込んだ検診・人間ドック	31.7	40.0

H23 年度千葉県の生活習慣に関するアンケート調査によると、がん検診の受診場所は女性で市町村が実施する検診受診者が半数を超えるものの、職場での検診や自主的に受ける者も多く、受診勧奨には事業所やかかりつけ医等、多様な関係機関のかかわりが必要と考えられます。

がん検診は無症状の者が受けるものであるにも関わらず、上記アンケートでは検診を受けない理由として、男女とも約 1/4 が「自覚症状がない」ことをあげており未受診の理由の第一位となっています。

このようにがん検診は自覚症状のない者が時間を割いて費用をかけて受診するものであることから、受診率向上のためには検診の意義を十分に理解することが必要です。

Ⅱ 目標

上記に述べたように、がんの予防法としても、喫煙をはじめ食生活や運動、多量飲酒などの生活習慣の改善が必要です。本計画では、生活習慣の改善について別に章を起こしていることから、ここではそれ以外の対策等について整理します。

目標項目			現状（H22 年）	目標値（H34 年）
75 歳未満のがんの年齢調整死亡率の減少 (10 万人当たり)			79.6 (H23 年)	72.7 (H27 年)
がん検診の受診率 の向上	胃 が ん (40～69 歳)	男性	35.6%	40.0% (H28 年)
		女性	31.0%	
	肺 が ん (40～69 歳)	男性	26.7%	40.0% (H28 年)
		女性	26.1%	
	大 腸 が ん (40～69 歳)	男性	28.9%	40.0% (H28 年)
		女性	26.7%	
	子宮頸がん(20～69 歳)		39.9%	50.0%
	乳がん(40～69 歳)		43.0%	50.0%
子宮頸がん予防ワクチン接種率			71.8%	95.0%
精密検査結果等の把握割合(胃がん)			83.2%	90.0%

Ⅲ 県が実施する具体的施策・取組の方向性

1 がん及びがん予防、並びに検診の意義に関する知識の普及啓発

○県民一人ひとりががん及びがん予防に関する知識を持ち、がんを予防するための生活行動をとることができるよう、啓発普及を図ります。

○特にがん検診は、自覚症状がない時から継続的に受診することが重症化を防ぎ、がんによる死亡や QOL の低下を防ぐ有効な方法であることを県・市町村のみでなく、企業・事業所や医療機関等においても様々な機会に周知します。

2 発症予防のための生活習慣改善の支援(詳細は別章で後述)

○喫煙率(受動喫煙を含む)の低下

○多量飲酒者の割合の低下

○身体活動が少ない者の割合の低下

○適正体重を維持する者の割合の増加

○高塩分食品の摂取の減少、野菜・果物不足の者の割合の減少

3 がんに関連するウイルス感染対策

○子宮頸がんワクチンに関する知識の普及を図り、予防接種の推進を図ります。

○肝炎ウイルス検査に関する知識の普及を図り、感染者で未診断・未対策の者の割合の低下を推進します。

4 検診受診率の向上、精密検査の確実な受診

○検診の実施時間・場所に関するわかりやすい提供と情報へのアクセス向上、予約や申し込みの手続きの簡略化等が実施できるよう市町村・医療保険者・検診実施機関を支援します。

○利便性を向上させるため、休日や夜間の実施、特定健診との同時実施、複数の受診場所の確保等、好事例の取組の紹介を含め市町村・医療保険者・健診実施機関を支援します。

○特定のがんのハイリスク集団やある年齢層に重点的に受診勧奨を行う方法等、受診率向上に向け効果的な取組について科学的に検討し、公表・普及していきます。

○精密検査を確実に実施するよう啓発するとともに、市町村等の検診主体に受診結果の把握を働きかけます。

Ⅳ 県民・関係団体等の活動

県民・家庭	◇がん予防も意識して生活習慣の改善を図りましょう。 ◇年 1 回は検診を受診しましょう。 ◇精密検診が必要な場合は速やかに受診しましょう。
市町村	◇がん予防としての生活習慣の改善やウイルス感染について知識の普及を図ります。 ◇受診しやすいがん検診に向け工夫をします。 ◇精密検診が確実に受診されるよう結果把握に努めます。
地域	◇市町村と連携し、検診受診を勧めます。
職場・企業	◇事業主や衛生管理者から受診を勧奨します。
保健医療 専門職・団体	◇かかりつけ医や薬局から受診を勧奨します。
医療保険者	◇市町村との連携やがん検診に関する情報提供を進めます。